

תוכן עניינים

| | | |
|----|--|----|
| 1 | סקירת ספרות | 1 |
| 1 | 1.1 מבוא | 1 |
| 2 | 1.2 מתבגרים ורווחתם הנפשית | 2 |
| 2 | 1.2.1 גיל ההתבגרות – רקע | 2 |
| 3 | 1.2.2 רווחה נפשית בקרב בני נוער | 3 |
| 4 | 1.2.3 אלימות וגיל ההתבגרות | 4 |
| 6 | 1.3 הרשתות החברתיות | 6 |
| 6 | 1.3.1 רקע ומאפיינים | 6 |
| 7 | 1.3.2 שימוש ברשתות חברתיות בקרב בני נוער | 7 |
| 8 | 1.4 השפעתם של הרשתות החברתיות על מתבגרים | 8 |
| 8 | 1.4.1 השפעות שליליות של הרשת החברתית על מתבגרים | 8 |
| 9 | 1.4.2 השפעות חיוביות של הרשתות החברתיות על מתבגרים | 9 |
| 10 | 1.4.3 הקשר בין רשתות חברתיות לרווחה נפשית ואלימות בקרב מתבגרים | 10 |
| 11 | 1.5 סיכום והשערות המחקר | 11 |
| 12 | 2. שיטות מחקר | 12 |
| 12 | 2.1 משתתפי המחקר | 12 |
| 13 | 2.2 כלי המחקר | 13 |
| 14 | 2.3 הליך המחקר וניתוח הממצאים | 14 |
| 15 | 3. תוצאות המחקר | 15 |
| 15 | 3.1 סטטיסטיקה תיאורית | 15 |
| 16 | 3.2 בחינת השערות המחקר | 16 |
| 18 | 3.3 סיכום תוצאות המחקר | 18 |
| 19 | 4. דיון | 19 |
| 19 | 4.1 בחינת השערות המחקר לעומת סקירת הספרות | 19 |
| 21 | 4.2 סיכום תרומת המחקר ומגבלותיו | 21 |
| 23 | 5. מקורות | 23 |
| 25 | נספחים | 25 |
| 25 | נספח א': שאלון המחקר | 25 |

1. סקירת ספרות

1.1 מבוא

בשבעות האחרונים, הדיון הציבורי, אם זה הבינלאומי (עולמי) ואם זה המקומי (ישראלי), נמצא בסערה, לאור שורה של חשיפות, אשר הטילו צל כבד על כוונותיה של הרשת החברתית הפופולרית ביותר בעולם, 'פייסבוק' (Facebook). כך עלה מתוך חשיפות אלו, כי 'פייסבוק' לא רק מודעת לנזקים הנפשיים הקיימים מאחורי שיטת הפעלתה של המערכת עבור מתבגרים, אלא כי זו אף מתכננת להשתמש בשיטה זו, ולהוסיף ולהתמקד באוכלוסייה צעירה זו (Primi, Fioravanti, Casale & Donati, 2021). הרשת החברתית המקוונת, הינה מערכת טכנולוגית, אשר מאפשרת לכל משתמש להיחשף לתכנים רבים, ליצור קשר עם חברים מוכרים וותיקים, ליצור תוכן, וליצוק מהות העומדת מאחורי זהותם הווירטואלית. כך הופכת הרשת החברתית, בין אם של 'פייסבוק', או רשתות חברתיות רבות נוספות, כמו 'טוויטר' (Twitter), 'אינסטגרם' (Instagram) או 'טיק טוק' (Tik Tok), לחלק מהותי מהמציאות החברתית של האדם הממוצע בעולם המערבי (Sobkin & Fedotova, 2019).

עם זאת, וטרם הדיון הציבורי הער והסוער שהתרחש באוקטובר 2021, אשר אף הביא למיתוג מחודש של חברת 'פייסבוק' (שהפכה לתאגיד 'Meta'), המבטא את כוונותיו הדרמטיות של התאגיד הבינלאומי בנוגע לעתיד הטכנולוגי של המציאות החברתית), הממצאים בנוגע לסכנות הטמונות ברשתות החברתיות, הלכו והתרבו לאורך השנים האחרונות (גולדשמידט, 2014). ובמיוחד כלפי המשתמשים המתבגרים, אשר ממילא נמצאים באחת התקופות המאתגרות לכל אדם במסגרת חייו, תקופה בה הוא (והיא) מתמודד עם שינויים גופניים, השפעות הורמונליות חריפות ומשבר זהותי ומיני, המעצים כל אירוע ופוגע קשות בתחושת הביטחון העצמי בפרט, ובמצבו הנפשי בכלל (Roberts & David, 2020).

הרשתות החברתיות, בהקשר זה, הופכות קרקע לסכנות מגוונות, המתחילות בסכנה של התמכרות (שימוש וצריכה מוגזמת של הרשתות החברתיות הפוגעות ביכולת התפקוד של המתבגר בשאר מסלולי חייו), היחשפות לגורמים מסוכנים, והיחשפות בכלל לתוכן, אשר מעוות את תפיסת עולמם ומשפיע על התנהגותם (Gerson, Plagnol & Corr, 2016). עם זאת, ובעוד שהמחקר הבינלאומי בנושא זה רב, הוא עדיין חסר בספרות המקומית, ועל כן דורש מחקר נוסף. עבודת מחקר זו, תבקש לבחון **מהי ההשפעה של הרשתות החברתיות על רמת החשיפה לאלימות ורווחה נפשית של בני נוער?** וזאת כדי לבחון שתי סוגיות מרכזיות וחשובות, המצביעות במידה רבה על מצבו הנפשי של הילד: חשיפתו לאלימות, והתוצאה של חשיפה זו על רווחתו הנפשית (Primi et al., 2021).

בסקירת ספרות זו, אבקש לבחון את המידע הקיים על הקשר בין משתנים אלו, וזאת כדי ליצור קרקע רחבה ועשירה אשר תאפשר לגבש השערות אותם ניתן יהיה לבחון במסגרת המחקר הכמותי. על כן, סקירת ספרות זו תחולק למספר חלקים. בחלק הראשון, ייבחן בקצרה עולמם של אוכלוסיית המחקר, המתבגרים, תוך התמקדות בהיבט של אלימות בחייהם, ותוך בחינה של המושג של 'רווחה נפשית' בכלל, בקרב מתבגרים בפרט. בחלק השני, אעבור להתמקד במשתנה הבלתי תלוי בעבודה זו, בדמות הרשתות החברתיות, בחלק זה יוסבר לעומק מרכזיותם והתפתחותם של רשתות אלו, אשר תסביר את הצלחתן המטאורית ואת נטייתם לשנות כליל את המציאות החברתית בכלל, ובקרב צעירים בפרט. בחלק השלישי של סקירת הספרות, ייבחנו המחקרים הקיימים המקשרים בין הרשתות החברתיות והשפעתן על מתבגרים, תוך התמקדות בממצאים הנוגעים לחשיפה לאלימות, ולרווחתם הנפשית של המתבגרים.

לבסוף, בחלק החמישי והאחרון של סקירה ספרותית זו, יוצגו המסקנות העיקריות העולות מתוך סקירת הספרות, ויוצגו בהתאם לכך השערות המחקר.

1.2 מתבגרים ורווחתם הנפשית

1.2.1 גיל ההתבגרות – רקע

בני נוער מתבגרים, הינם כשמים הם, בני נוער, לרוב מגיל 12-11 ועד גיל 19-17 (תלוי במגדר ובכל תלמיד ספציפי), אשר חווים את התהליך ואת תקופת גיל ההתבגרות (puberty), הנחשבת לתקופת מעבר, בה משתנה הנער בצורה דרמטית, אם מבחינות קוגניטיביות (ביולוגיות), המשנות את מבנה המוח ואת יכולתו של המוח לעבד מידע ולהגיב בעקבותיו (מני-איקן, רוזן, מרמור, וברגר-טיקוצ'ינסקי, 2017). אם מבחינות גופניות ומיניות, בה איברי המין (אך לא רק, שכן גם הגובה, בין היתר, משתנה בקצב מהיר יותר בתקופה זו) משתנים באופן הנראה לעין (תחילת המחזור, התפתחות שיער ערווה, גדילת החזה בקרב נערות ועוד). ואם באופן נפשי וחברתי. תופעות אלו מעצימות זה את זה ומייצרות בלבול רב בקרב הנער והנערה, אשר מצד אחד מתבייש מהשינויים החלים בו והאופן שאלו נתפסים בחברה, ואם מבחינה פנימית, המעלה בקרבם שאלות רבות הדורשות גם התנסויות ומצבי רוח המשתנים באופן תדיר (Park, 2014).

מבחינה חברתית, השינוי המשמעותי המתרחש בתקופת גיל ההתבגרות, וזוה אשר נחשב לאחד הגורמים המשמעותיים הנוגעים לאופן התמודדותו של הילד עם תקופה מאתגרת זו, היא האופן שבו האיזון שבין ההשפעה החברתית-תרבותית של המשפחה מופר. מינקותו של הילד, חלק מרכזי מתהליך החברות של הילד, אשר במסגרת תיאורית הלמידה החברתית, לומד הילד להפריד את עצמו מהסביבה, ולחקות את התנהגותה, באופן המלמד אותו את מעמדו, את תפקידו ואת הציפיות ממנו (כך למשל, בהקשרים של מגדר), הינו ראשית וקודם כל נובעת מתוך משפחתו של הילד, ולאורך השנים, מתאזנת מהשפעת הסביבה, כמו שכנים, קהילה, חברים ובית הספר (גילת, עזר, ושגיא, 2011). עם זאת, עם תחילת תקופת גיל ההתבגרות, הופכת 'קבוצת השווים' (peer group), קבוצה של חברים של הילד, אותה 'בוחר' הילד, אשר הופכים למשפיעים המרכזיים על תפיסת עולמו ובהתאם לכך על התנהגותו ובחירת הפעילויות אותן הוא מבצע (אייזנקוט, 2017).

כך, הימצאותו של הילד בקבוצת שווים חיובית, הבוחנת ולומדת את השינויים החלים בהם, לצד הרצונות והתשוקות שלהם, תאפשר התנהגות נורמטיבית ובריאה, אשר תאפשר המשך של חיים מאוזנים, המאפשרים לילד להמשיך כמצופה ממנו להשקיע בלימודים ולקיים חיים חברתיים בריאים ומספקים. כאשר הקבוצה חיובית פחות, הוא עלול להידרדר לכדי פעילויות מסוכנות, כמו התמכרויות לסמים ואלכוהול, להימורים, צריכה מוגזמת של תכנים למבוגרים, ועוד (Parker, Ciarrochi, Heaven, Marshall, Sahdra & Kiuru, 2015). נוכח תקופה מאתגרת של גיל ההתבגרות, רבים רואים את בני הנוער כאוכלוסייה מוחלשת, וזאת נוכח פגיעותן והקלות שבה ניתן להשפיע עליהן. כך למשל, במרבית מדינות המערב קיימים חוקים שנועדו להגן על בני נוער משיווק המנצל חולשה זו, ומביא אותם לבצע פעילויות צרכניות לא חכמות או בלתי הוגנות (Roberts et al., 2019).

עבור ההורים, לעומת זאת, נחשבת תקופת גיל ההתבגרות לאחת המאתגרות ביותר, הנובעות מהניכור המתפתח ביניהם לבין ילדיהם בני הנוער. ניכור הנובע מאבדן יכולת השפעתן וסמכותן, מצד אחד, אך ובעיקר, נוכח העובדה כי השינויים במצבם הנפשי, עולמם החברתי, ובלבולם הזהותי והמיני, מוביל אותם לרוב להסתגר, ולפתח עולם פנימי המנותק מזה של ההורים, אשר להם אין גישה אליו עוד (אבורוכון ומנסור-).