

ילדים יהודים וערבים בישראל בימי הקורונה – אתגרים, ידע ומדיה

יובל גוז'נסקי והאמה אבו קשק

מבוא

"אני שומעת הרבה מוזיקה (זה מרגיע אותי)"
"חושב על זה שיש הרבה פחות זיהום אוויר בגלל הקורונה"
"ישן שעה יותר כדי לקצר את היום"
"اشاهد مقاطع مضحكه تنسييني من الكورونا (צופה בקטעים מצחיקים על מנת לשכוח מהקורונה)"
"מדברת הרבה ב-FaceTime עם חברות"
(דברים שכתבו ילדים וילדות ישראלים בתשובה לשאלה: האם תוכלו לתאר דרכים שבהן אתם משתמשים כדי לא להיכנס ללחץ במצב הנוכחי?)

משבר מגפת הקורונה בא על אזרחי ישראל בהפתעה גמורה. למרות הידיעות על הנגיף שפגע בסין, בפברואר 2020 הייתה בישראל תחושה כי הנגיף ייעצר בנמל התעופה בן-גוריון. אולם ממאסר נכנסה ישראל לסגר הולך ומתהדק. הסגר והבידוד החברתי השפיעו על כלל האזרחים. מטרת המחקר המוצג כאן הייתה לבדוק את ההשפעה של נקיטת אמצעים אלה על חיי ילדים וילדות, עם דגש על יחסיהם עם התקשורת בכלל והעיתונות בפרט. שאלות המחקר התמקדו בשלושה נושאים: מה היו תחושותיהם של ילדים וילדות, יהודים וערבים? מהו הידע שצברו על המגפה ומקורותיו? כיצד השתמשו בתקשורת ובעיתונות כדי להתמודד עם אתגרי התקופה?

מאמר זה מציג את החלק הישראלי במחקר בין-לאומי ב-42 מדינות בעולם, ביוזמת מכון המחקר IZI (International Central Institute for Youth and Educational Television) שבמינכן, בגרמניה.¹ המחקר המקוון כלל 19 שאלות וענו עליו בישראל 103 ילדים,² באיזון מגדרי ושפתי השקול לשיעורם באוכלוסייה. הממצאים נותחו ניתוח סטטיסטי ותמטי והושוו לממצאי המחקר הבין-לאומי. תחילה יציג המאמר את התחושות, את התובנות ואת דרכי ההתמודדות של ילדים עם השינויים בחייהם. לאחר מכן נדון בידע שלהם על המגפה ועל דרכי ההתגוננות מפניה, לרבות אמינות המידע ומקורותיו. בסיום נעמיק בסוגיית השימוש של הילדים בתקשורת והבנתה. בכל אחת מהסוגיות נשווה בין תשובותיהם של ילדים שענו בערבית ובעברית.

רקע תיאורטי

החיים בראשית משבר הקורונה ושימושי התקשורת בעולם

בסוף דצמבר 2019 התריע ארגון הבריאות העולמי (World Health Organization) על מקבץ חריג של מקרי דלקת ריאות חמורה בווהאן שבסין. מחלת הקורונה (COVID-19) התפשטה במהירות אל מחוץ לגבולות סין. המקרים הראשונים באירופה נרשמו בינואר 2020, ומפברואר החלה המגפה להתפשט במהירות בעולם וארגון הבריאות העולמי הכריז על מצב חירום (Abedi, 2020). מדינות החלו להטיל מגבלות על טיסות והתקהלויות וניתנו הנחיות ליצירת ריחוק פיזי בין אנשים, הוכרו על סגר, על עוצר, על ביטול אירועים ועל סגירת כלל המוסדות הלא-חיוניים.

עקב התפשטות המגפה השתנו מאוד חייהם של מבוגרים וילדים ושגרת החיים שובשה דרמטית. עולמם האישי, החברתי והחינוכי של הילדים עבר טלטלה כשמערכות החינוך של יותר מתשעים אחוז מהתלמידים בעולם השתבשו (UNESCO, 2020). במקומות רבים עברה הלמידה לפלטפורמות מקוונות ולשידורי טלוויזיה שהציבו אתגרים חדשים הנוגעים לאי-שוויון חברתי ולפערים דיגיטליים (Reimers & Schleicher, 2020).

בתקופה הראשונה של המגפה, בחודשים מארס-מאי 2020, התבססה בעולם ההסתמכות על טכנולוגיות תקשורת מקוונות כדי ללמוד, להתעדכן ולהישאר מחוברים חברתית בזמני בידוד וריחוק פיזי. התקשורת המקוונת תרמה לרווחה חברתית, פיזית, רגשית, אינטלקטואלית ורוחנית, בפרט בקרב ילדים. אנשים בילו יותר זמן ברשת והשימוש בפלטפורמות המדיה החברתיות עלה ב-61 אחוז (Holmes, 2020), לרבות עלייה של יותר מארבעים אחוז בשימוש בפייסבוק ובאינסטגרם בפברואר-מארס 2020; השימוש בהודעות בפייסבוק, במסנג'ר, בוטסאפ ובאינסטגרם באותה תקופה עלה בשבעים אחוז (Perez, 2020a).

למרות העלייה בשימוש ברשתות החברתיות, הראה מחקר שהמשתמשים אינם סומכים על פלטפורמות אלה לגבי מידע וחדשות קריטיות על COVID-19. ערוצי החדשות האומיים (58%) ואתרי סוכנויות ממשלתיות (48%) נחשבו לאופציות טובות יותר בעיני הנשאלים, שזיהו אותם כמקור "אמין" לחדשות ומידע, לעומת 11 אחוז שדיווחו שפלטפורמות המדיה החברתיות אמינות (שם).

השימוש הגובר בתקשורת המקוונת אפשר למבוגרים להתעדכן, לעבוד מהבית ולשמור על קשרים משפחתיים וחברתיים. כצפוי, גם בקרב ילדים עלה השימוש וכמעט הוכפל בתקופה הראשונה של המשבר: בעוד לפני המשבר בילו ילדים בכל הגילים בממוצע כשלוש שעות ביום מול מסכים, עלה הזמן הזה כבר בתחילת המשבר לכשש שעות. זמן המסך שנוסף נועד לצרכים חינוכיים וחברתיים, כהסתת דעת ובידור או כזמן המאפשר להורים לעבוד מהבית. סקר של אוניברסיטת אוקספורד בקרב 5,000 הורים ואנשי חינוך בבריטניה מצא שזמן המסך של הילדים היה מגורמי החשש הגדולים שלהם בנוגע לרווחת הילדים (43%) (Waite et al., 2020).

מחקר מקיף על הרגלי שימוש באפליקציות, בהשתתפות 60,000 משפחות עם ילדים בגילאי 4-14 מארצות הברית, בריטניה וספרד, מצא שיוטיוב הייתה האפליקציה הנפוצה ביותר בקרב ילדים. במהלך הסגר והריחוק הפיזי בתקופת הקורונה עלה משך הצפייה ביוטיוב יותר. גם TikTok הפכה לאחת האפליקציות המובילות בעולם: המחקר העלה שממוצע דקות השימוש בה עלה ביותר ממאה אחוז בשלוש המדינות (Perez, 2020b).

השינויים בחיים ובשימושי התקשורת של ילדים בישראל בתחילת משבר הקורונה
הקורונה החלה להתפשט בישראל לקראת סוף פברואר 2020. ההתמודדות עם התפרצות הנגיף כללה הנחיות של משרד הבריאות למניעת התפשטותו, ובהן ריחוק חברתי-פיזי, בידוד בית למי ששהו בקרבת חולים או שבו ממדינות שבהן התפרצה המחלה, מתן טיפול רפואי בבתי החולים למי שהתגלו כחולים וביטול אירועים המוניים. כ-13 במארס הודיע משרד החינוך על סגירת בתי הספר ופעילות תנועות הנוער בוטלה (דטל וקסמן, 2020). נאסרה יציאה מהבית למרחק יותר ממאה מטר, מלבד רכישת מזון וצרכים דחופים. יחידים ומשפחות שהו ימים רבים בבתיהם ולא יצאו לעבודה, ללימודים ולפעילויות פנאי. לצד ילדים ומשפחות שמדיניות הסגר היטיבה עימם, למשל בכך שאפשרה זמן לביולוגיה משפחתי ולפעילות פנאי, במשפחות אחרות היא עוררה בילדים ובני נוער חרדה ויצרה לחצים בריאותיים, כלכליים ומשפחתיים (ארזי וסבג, 2020). לפי נתוני הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2020) דיווחו 25.8 אחוז מההורים שמצבם הרגשי של ילדיהם החמיר. חלק מההשפעות על מצבם של ילדים ובני נוער היו תוצאה ישירה של המגפה, ואחרות נבעו ממדיניות הסגר. לסגירת מערכת החינוך ולמעבר ללמידה מקוונת חלקית היו לא רק השלכות לימודיות ופדגוגיות על ילדים, אלא גם השפעה נרחבת על חייהם החברתיים. מוסדות חינוך הם רכיב חשוב בחייהם החברתיים של ילדים משום שהם משמשים כיחידת השתייכות לקבוצת שווים וקרקע לבניית זהות חברתית וכישורים חברתיים. בהיעדר האפשרות למפגשים משפחתיים מורחבים ולמפגשים חברתיים במסגרות הפורמליות והלא-פורמליות (תנועות נוער, חוגים ומשחק בחוץ), חייהם החברתיים עברו למרחב המקוון ולרשתות החברתיות (ארזי וסבג, 2020).

הלמידה במערכת החינוך הישראלית הפכה למקוונת: שידורי טלוויזיה בפלטפורמות שידור שונות (דהאן ועמיתיו, 2020), פלטפורמות ניהול למידה של בתי הספר (Learning Management System) או פלטפורמות למידה ברשת (כמו אופק או "גוגל קלאסרום") ומערכות מפגשים מקוונים (כמו Zoom). משרד החינוך ועמותות נאלצו לחלק מחשבים לתלמידים מקבוצות מוחלשות שלא הייתה להם גישה לאינטרנט או לצידוד הטכנולוגי הנחוץ.

עקב המשבר גברה צריכת האינטרנט הביתי בישראל: ממצאי דו"ח השימושים הדיגיטליים (פלאפון, yes ובזק בינלאומי, 2020) הראו עלייה בעשרות אחוזים בשימוש בכלל שירותי התקשורת בתקופת משבר הקורונה, למשל עלייה של כעשרים אחוז בצפייה

בטלוויזיה בהשוואה לשגרה. סוגת "חדשות ואקטואליה" זכתה לעלייה הגבוהה ביותר (עם סגירת מערכת החינוך נמדדה עלייה של כ-120 אחוז בצפייה בסוגה זו בהשוואה לשגרה). חלה עלייה משמעותית בצפייה בתכני ילדים וב-VOD. נרשם זינוק בשימוש ברוב הרשתות החברתיות (עלייה של שישים אחוז בשימוש ב-TikTok), ותוכנת זום עלתה בעשרות אלפי אחוזים בכמות המשתמשים, המפגשים וה-Data שהישראלים צורכים.

אתגרי התקשורת בחברה הערבית עם התפשטות הקורונה בישראל

החברה הערבית היא אוכלוסייה מגוונת המתגוררת באזורים שונים בישראל ומתמודדת עם אתגרים תקשורתיים מסוגים שונים. הניסיון ההיסטורי והמציאות בעת הנוכחית הביאו להתמודדותה באופנים שונים עם משברים ככלל, ועם משברי בריאות בפרט. מגפת הקורונה היא מבחן אמיתי למידת המוכנות של מערכת הבריאות ושל מערכות רבות אחרות בחברה הערבית, שאוכלוסייתה סובלת שנים מהדרה בכל תחומי החיים, ובכללם הבריאות (פרח, 2020). הוועדה הארצית לבריאות בחברה הערבית מזהה סיכון גבוה לתחלואה בקורונה ומתריעה מפני ההשלכות הרוות האסון של המשבר לנוכח היעדר המשאבים הייעודיים לצורך זה והמחסור בשירותי בריאות זמינים (שם). נושאי בדיקות הקורונה והנגשת המידע בשפה הערבית באתרים ממשלתיים עלו לסדר היום הציבורי באיחור רק לאחר שפעילים, ח"כים ומנהיגים מהחברה הערבית הפעילו לחץ מסיבי על מוסדות הממשלה (לביא ואחרים, 2020; שעלאן, 2020). דו"ח מרכז חמלה (חמלה, 2020) שבחן את הנגשת המידע בנושא הקורונה בערבית באתרים וברשתות החברתיות מטעם הממשלה, מצא שמספר הפוסטים בפייסבוק בעברית היה גבוה פי שלושה מאלה שבערבית, כלומר מידע רב לא היה זמין בערבית. בניתוח תוכן הפרסומים נמצא חוסר דיוק בתרגום (תרגום מילולי לא מדויק, שגיאות כתיב ודקדוק, שימוש באייקונים לא רלוונטיים), והתכנים נכתבו על פי רוב בערבית מדוברת ולא בערבית ספרותית.

במשבר מתמשך ומשתנה תדיר כהתפשטות הקורונה, הדרך להתעדכן בכללים, בהנחיות ובתקנות העדכניים ביותר החלים על האזרחים היא צפייה בערוצי החדשות ובפלטפורמות הדיגיטליות הרשמיות של משרד הבריאות, כמו בפייסבוק, בווטסאפ, ביוטיוב ובטלגרם. על פי נתוני איגוד האינטרנט הישראלי (2020), בתקופת הקורונה הראשונה, מקור המידע שעליו סמכה האוכלוסייה הערבית במידה הרבה ביותר היו הרשתות החברתיות (27%) ורק לאחריו (19%) הטלוויזיה, הרדיו ועיתונים מודפסים. 27 אחוז מהנשאלים בחברה הערבית ציינו שאינם סומכים על אתרי אינטרנט של הממשלה בעברית ו-32 אחוז – שאינם סומכים על אתרי האינטרנט הממשלתיים בערבית. לעומת זאת, 59 אחוז דיווחו שהם סומכים על תוצאות החיפוש בגוגל בעברית וגם בערבית.

נתונים אלה על האמון הרב במנוע החיפוש של גוגל ובמידע ברשתות החברתיות, מצביעים על קושי ביכולתה של החברה הערבית בישראל להתעדכן באופן אמין ורציף במידע רשמי בנושא הקורונה. הם מושפעים משתי רמות של פער דיגיטלי: (1) הימצאות

תשתיות ראויות במקום המגורים (חשמל, טלפון ובעיקר אינטרנט) ובעלות על אמצעי קצה המתאים להנגשת המידע (מחשב, טבלט [מחשב לוח] או טלפון חכם). (2) שליטה במיומנויות הדרושות כדי להשתמש בטכנולוגיה באופן המאפשר נגישות לידע רלוונטי ומהימן.

החברה הערבית שסובלת מהזנחה, מהיעדר תשתיות, מרמת השכלה נמוכה ומעוני רב (הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 2018; קורח וחושן, 2019) נפגעת משתי רמות אי השוויון הדיגיטלי: היעדר תשתיות מתאימות, גישה חלקית למחשבים ורמה נמוכה של אוריינות דיגיטלית. הדבר התבטא ביתר שאת עם סגירת מערכות החינוך והמעבר ללמידה מרחוק. על פי דו"ח ועדת המעקב העליונה של הוועד הארצי של הרשויות המקומיות הערביות, כמחצית מהתלמידים הערבים אינם מחוברים בצורה רציפה ללמידה מרחוק. גם בתוך החברה הערבית קיימים פערים, ובאזורים מסוימים הלמידה מרחוק אינה מתקיימת כלל (למשל, עשרות אלפי תלמידים ביישובים בלתי מוכרים) (פרח, 2020). בדיון בוועדת זכויות הילד בכנסת ביולי 2020 עלה שלכ-140,000 תלמידים – רובם ערבים – לא היה מחשב או טבלט (מחשב לוח) ולכן לא יכלו להשתתף בלמידה מרחוק (חילאי, 2020).

שימושי התקשורת בקרב ילדים בחברה הערבית

לפני תקופת הקורונה היו הילדים בחברה הערבית חשופים לעשרות תחנות לוויין ערביות מכל העולם, בעיקר על ידי צלחת לוויין והטלוויזיה בכבלים (HOT), ובכלל זה לכמה ערוצי ילדים בערבית (3, MBC, Spacetoon, Cartoon Network Arabic, מאג'ד). כמו בעולם, צפייה ביוטיוב פופולרית מאוד בחברה הערבית מגיל צעיר (גנאיים, 2018). מגמות נוספות הן צפייה והפצה מסיבית של סרטונים באמצעות הרשתות החברתיות, ובעיקר ווטסאפ ופייסבוק, ומגמה גוברת של צפיית בני נוער וילדים בסרטים וסדרות באמצעות נטפליקס ובטלפון החכם (שם).

בנתוני מרכז חמלה (חמלה, 2017) בלט השימוש ברשתות החברתיות כמטרה ראשונה בחשיבותה של השימוש באינטרנט בקרב ערבים בני 15–25, ואחריה המטרות מוזיקה וסרטונים (87.4%), התעדכנות בחדשות (59.5%) ומשחקים (56%). מנתוני הדו"ח עולה עוד שמבין הרשתות החברתיות שיעור השימוש בפייסבוק במקום הראשון (93.5%) ולאחריה ווטסאפ (83%), גוגל+ (72%) ויוטיוב (71.8%).

הקונטקסט התרבותי-חברתי משחק תפקיד חשוב בעיצוב השימוש ברשתות החברתיות בקרב נוער ערבי. במחקרם של רנא עבאס וגוסטבו מש (Abbas & Mesch, 2015) נמצא קשר בין ערכים תרבותיים ובין מניעי השימוש בפייסבוק: צעירים ערבים משתמשים בפייסבוק בעיקר לצורך שמירה על יחסים קיימים והרחבת הקשרים החברתיים. במחקר של גוסטבו מש ואילן תלמוד (2007) זוהו הבדלים תרבותיים במטרות השימוש בטלפונים סלולריים בין בני נוער ערבים ליהודים: היהודים משתמשים בטלפונים ובתוכנות

מסרים מיידיים להרחבת הקשרים החברתיים ושימורם, ומטרתם הסופית היא להמיר קשרים וירטואליים רופפים בקשרי פנים אל פנים הדוקים. בני הנוער הערבים, לעומת זאת, משתמשים בטלפונים הסלולריים לשמירה על קשרים מקומיים בזמנים ובמצבים שתקשורת פנים אל פנים אינה אפשרית, ולהתגברות על המגבלות של אזורי מגורים נפרדים ועל האיסורים התרבותיים החלים על קשרים בין-מגדריים, שאינם מקובלים בחברה הקולקטיבית המסורתית.

הליך המחקר

המחקר המוצג כאן מבקש לבחון כיצד ילדים וילדות (שענו בערבית ובעברית) חוו את חייהם בעת משבר הקורונה בישראל: מה היו התחושות, התובנות ודרכי ההתמודדות שלהם בעקבות השינויים בחייהם עקב המגפה? מהו הידע שלהם על הקורונה, על סכנותיה ועל דרכי ההתמודדות עימה? כיצד הבינו את המדיה והשתמשו בה בעת המשבר? המחקר על הילדים בישראל הוא חלק ממחקר של צוות בין-לאומי שבראשו עומדת ד"ר מאיה גוטץ, ראשת מכון המחקר IZI. מחקר מקדים איכותני שנערך בגרמניה עם עשרים ילדים וילדות סייע לבניית השאלון למחקר זה (Götz et al., 2020): חוקרים מהצוות הבין-לאומי של המכון פיתחו ועיבדו את ממצאי המחקר המקדים לשאלון שכלל 19 שאלות (17 רב-ברירתיות ושתיים פתוחות) ותורגם ל-26 שפות, ובהן ערבית ועברית. השאלות כללו ארבעה נושאים: מידע אישי בסיסי (ארץ המגורים, מגדר וגיל); התנהלות, שגרת החיים ותחושות בעת משבר הקורונה; ידע על המגפה (סימפטומים, קבוצות סיכון, דרכי התמודדות); שימושים במדיה ותובנות ותפיסות לגביה. השאלון היה זמין בין התאריכים 31 במאוס 2020 ל-26 באפריל (במשך 27 ימים) באמצעות הפלטפורמה המקוונת SoSci Survey System³.

החוקרים הפיצו את השאלון בקרב בני 9-13 בכל מדינה בשיטת "כדור שלג" (Noy, 2008). בסופו של דבר, במדגם הגלובלי נכללו 4,322 ילדים מ-42 מדינות מכל חמש היבשות (Götz et al., 2020). בישראל ענו על השאלון 103 ילדים בני 9-13: 51 בנות, 50 בנים ו-2 שלא סימנו מגדר; 77 ילדים ענו בשפה העברית, 22 ענו בערבית ו-4 באנגלית. הממצאים נותחו בכמה שלבים: חוקרי מכון המחקר הגרמני ניתחו את תוצאות המחקר הגלובלי. בהמשך רוכזו הנתונים מישראל בנפרד ונותחו בידי כותבי מאמר זה. הממצאים שעלו מהשאלות הרב-ברירתיות נותחו סטטיסטית, בדגש על זיהוי הממצאים הכלליים בישראל והשוואה בין קבוצות שונות, בפרט לפי מגדר ושפה. הנתונים עובדו והמסקנות הוסקו באמצעות תוכנת הניתוח הסטטיסטי IBM SPSS Statistics for Windows, גרסה 25.0 (IBM Corp., 2017), שאליה הוזנו הנתונים. עיבוד הנתונים כלל כמה שלבים: קליטת הנתונים, בדיקתם ועיבוד ראשוני, וניתוח קורלציות. בהמשך נערך ניתוח תמטי של הממצאים שעלו מהשאלות הפתוחות – שבהן ענו הילדים במלל חופשי – וממנו זוהו תמות רלוונטיות (שקדי, 2003). הממצאים מישראל הושוו לממצאי המחקר הבין-

לאומי. בשלב הסופי נותחו הממצאים הכמותניים והאיכותניים, תוך כדי זיהוי ומתן פרשנות תרבותית שהצליבה את המידע מהמחקר עם תיאוריות ומחקרים קודמים על ילדים מרקעים תרבותיים שונים, על מגדר ועל מדיה.

בבואנו להציג את עיקרי תוצאות המחקר בהקשר ההשוואתי המקומי והבין-לאומי, אנו מודעים למגבלותיו. שיטת המחקר המקוון וגודל המדגם, שנכפו בשל הריחוק החברתי-פיזי, אינם מאפשרים לדעת מרכיבים רבים בזהות הילדים המשיבים (דת, מקום מגורים, פער דיגיטלי, מצב משפחתי וחברתי-כלכלי). קשיים מתודולוגיים קיימים גם בהשוואה הבין-לאומית, שבה המדגם כלל מדינות מרקעים תרבותיים וכלכליים רבים ומגוונים. עם זאת, תמונת המקרו העולה מהנתונים בעלי האמינות הגבוהה היא משמעותית וחשובה, ואנו מוצאים שהנתונים מאפשרים מיפוי וניתוח של עולמם של ילדים וילדות בעת הגל הראשון של משבר הקורונה בישראל.

ממצאי המחקר

התחושות, התובנות ודרכי ההתמודדות עם השינויים בחיי הילדים

שינויים וקשיים בחיי הילדים

כמו בכל העולם, גם בישראל השתנו חיי הילדים והילדות מקצה לקצה. תשובות הילדים מעידות על הנושאים שהם תפסו כשינויים העיקריים ביחס לחייהם קודם למגפה, שהיו דומים מאוד למוצע במחקר הבין-לאומי. 92 אחוז מהילדים הישראלים הציבו בראש השינויים את הפסקת ההליכה לבית הספר ו-76 אחוז את המעבר ללמידה מקוונת, מה שמצביע על המקום המרכזי של מערכת החינוך בחייהם. היעדר ביקורים משפחתיים (80% מהילדים) ומפגשים עם חברים (75%) מעידים שהקושי השני שמנו הילדים קשור לצמצום חיי החברה שלהם ולפגיעה בהם. את המקום השלישי תפסו החובה להישאר בבית (70%) והאירועים שהתבטלו (67%), שנוגעים לסגר הפיזי ולבידוד שנכפו עליהם. דאגה בריאותית אישית (13%) וביחס לחברים (6%) העסיקו אותם מעט.

תשובות לשאלה נוספת הבהירו שכ-2/3 מהילדים חשו קושי אישי (64% השיבו בחיוב). המשיבים בחיוב הצביעו בעיקר על קשיים שנובעים מתנאים סביבתיים כמו רעש בבית (42%) וצפיפות בבית קטן (30%), לעומת קשיים כמו דאגה להורים שיוצאים מהבית (26%) או לקרוב משפחה בקבוצת סיכון (11%). הילדים בישראל לא הביעו חשש מקושי ברכישת מזון (3%), לעומת המחקר הבין-לאומי שבו 19 אחוז ביטאו חשש זה. המידה שנגיף הקורונה הטריד אישית את הילדים והילדות בישראל הייתה נמוכה מהממוצע בעולם: 40.8 אחוז מהילדים הישראלים ענו שאינם מוטרדים אישית מהנגיף, לעומת כ-26 אחוז מהילדים במחקר הבין-לאומי. רק 7.8 אחוזים מהילדים הישראלים דיווחו שהיו מוטרדים אישית במידה רבה מאוד, לעומת 20.5 אחוז בממוצע בקרב ילדי העולם.⁴ בסוגיית החשש העיתי, ילדים ישראלים פחדו שיחלו בקורונה בשיעור נמוך מבני גילם בעולם (53% בישראל, 60% בממוצע בעולם). מכאן שבתקופת הגל הראשון של המחלה

בישראל רוב הילדים לא חשו שהיא מסכנת את בריאותם בהווה ורק מחציתם חשו לעתיד. רובם ראו בה משהו שעיקר השפעתו על חייהם נובע מהבירוד הפיזי ומהסגר. כניתוח השינויים שילדים דיווחו עליהם כמרכזיים בהתאם למשתנים מגדריים נמצאו הבדלים משמעותיים בין בנות לבנים רק בכמה סוגיות. הבנים העידו יותר על קושי שנבע מחוסר היכולת לצאת ולעסוק בספורט (48%, לעומת 33% אצל הבנות); ואצל הבנות בלטו יותר סוגיות רגשיות כמו הזדהות עם דאגות ההורים (בנות – 28%, בנים – 10%) או הרגשה אישית לא טובה (בנות – 20%, בנים – 6%). אשר לחשש האישי בהווה, בנות דיווחו על חשש אישי רב יותר מהבנים (10% לעומת 4%); 52 אחוז מהבנים ענו שאינם מוטרדים בהווה מהנגיף, לעומת רק 32 אחוז מהבנות. בהקשר לחששות עתידיים, 64 אחוז מהבנות ביטאו פחד אישי מלחלות בקורונה לעומת ארבעים אחוז בלבד מהבנים. הממצאים הללו תואמים מחקרים שמצביעים על הבדלי מגדר בשכיחות של הפרעות חרדה: שיעורים גבוהים יותר נמצאו בקרב בנות לאורך כל גיל הילדות (Higa-McMillan, Francis & Chorpita, 2014). הבדלים אלה בדיווח העצמי בקרב הילדים מוסברים תרבותית בהזדהות עם תפקידי מגדר ובהתנהגויות מגדריות (Gender Role Orientation): הזדהות גבוהה יותר עם תפקידי מגדר נשים קשורה לדיווח על רמות חרדה גבוהות יותר, והזדהות גבוהה יותר עם תפקידי מגדר גבריים קשורה לדיווח על רמות חרדה נמוכות יותר (Muris, Meesters & Knoop, 2005).

ניתוח השינויים על בסיס שפת האם של המשיבים מעלה דמיון רב בסוגיות המרכזיות והבדלים בנקודות אחדות: בקרב דוברי העברית דווח ביטול אירועים כהפרעה משמעותית יותר (71%, לעומת 46% אצל העונים בערבית). בקרב דוברי הערבית החששות שהתעוררו כתוצאה מדאגות ההורים היו משמעותיים יותר (בערבית – 41%, בעברית – 13%). בסוגיית החשש האישי בהווה, 18 אחוז מהעונים בערבית היו מוטרדים במידה רבה מאוד, לעומת חמישה אחוזים בלבד מהעונים בעברית. הממצא תואם את נתוני דו"ח הלמ"ס על החוסן האזרחי בתקופת משבר הקורונה (2020), שהעלה שתחושות לחץ וחרדה ליוו את כלל האוכלוסייה, אך שיעור הערבים שחשו לחץ, חרדה ומצב נפשי שלילי היה גבוה משיעור היהודים שחשו כך. נראה שהילדים הערבים בישראל חשו היטב את קשיי משפחותיהם, שבשל התפשטות הקורונה חוו משבר כלכלי (אבטלה ופיטורים), חברתי, בריאותי וחינוכי, שהעמיק את הקשיים שבהם הייתה שרויה החברה הערבית טרם המגפה.

דרכי ההתמודדות של ילדים

לנוכח האתגרים שנוספו לחייהם בשל הקורונה, מצאו ילדים וילדות פתרונות רבים לשמירה על עצמם ולשיפור מצבם האישי. בדומה לילדים מכל העולם, הם תיארו אוכל ושתיה כפינוק עצמי, שיטה שעזרה להם ביותר (78% מהילדים בישראל הסכימו עם קביעה זו בשאלון הסגור, ובמחקר הבין-לאומי שיעור המסכימים היה 86%). שתי דרכי התמודדות נוספו תפסו מקום מרכזי בפרקטיקות של הילדים: גילוי ידידותיות לסביבה

ולבני משפחה קרובים ופעילות במדיה (צפייה בתוכנית טלוויזיה ומשחק במחשב). שתייה דווחו על ידי 72% מהילדים בישראל כפעילויות מועילות (בעולם: ידידותיות – 82%, מדיה – 79%)⁵. שיטות נוספות שעליהן דיווחו יותר ממחצית הילדים בישראל כמועילות היו יצירת סביבה נעימה (62%), יציאה לאוויר הפתוח ופעילות ספורטיבית (56%) וניסיון לעמוד בסדר יום קבוע (52%). את שאר דרכי ההתמודדות תיאר שיעור קטן יותר מהילדים כיעילות: הקשבה למוזיקה (39%), בניית סדר יום משפחתי כללי (37%), קריאת ספר (37%), שמירה על סדר יום רגיל של בית הספר (34%). הילדים בישראל כמעט לא תרגלו יוגה או מדיטציה (63% לא ניסו זאת מעולם).

העונים בערבית והעונים בעברית מצאו פתרונות דומים בסוגיות כמו אוכל ושתייה, ידידותיות לסביבתם, צפייה בטלוויזיה וקריאת ספר, אך נמצאו הבדלים משמעותיים בכמה מהדרכים האחרות שילדים מצאו כמועילות: בשאלות שעסקו בבניית סדר יום או ניקיון החדר וסידורו, ילדים שענו בערבית דיווחו שנעזרו בכך יותר מהעונים בעברית. למשל: יש לי סדר יום קבוע (ערבית – 64%, עברית – 47%); ניקיון וסדר לפני התחלת מטלות היום (ערבית – 71%, עברית – 20%); בניית סדר יום בעזרת המשפחה (ערבית – 76%, עברית – 26%). ממצא זה דומה לממצאי הסקר של אשר בן אריה, שגית ברוק וחמוטל פרקש (2020) שהעלה כי שלושים אחוז מהילדים דיווחו על מעורבות ועזרה במטלות הבית בתקופת הקורונה. הממצאים תואמים גם מחקרים קודמים, כמחקרם של אריק כהן, שלמה רומי, עינת בר-און כהן, מירב סלקובסקי ושירה אילוז (2015), שהעלה כי בחברה הערבית מבליים זמן רב יותר עם בני משפחה (37%). גם לגבי האזנה למוזיקה, יותר ילדים שענו בערבית הסכימו שזו שיפרה את מצבם (57% לעומת העונים בעברית (36%), נתון התואם את ממצאי מרכז חמלה (חמלה, 2017) על השימוש הנרחב באינטרנט לשמיעת מוזיקה בחברה הערבית. מצד שני, יציאה להפסקה מחוץ לבית ופעילות ספורטיבית נתפסו בידי העונים בעברית כיעילות יותר (60% לעומת העונים בערבית (40%). ממצא זה עולה בקנה אחד עם המידע על היעדר תשתיות קהילתיות וגני שעשועים ביישובים הערביים (ח'מאסי, 2016).

דרכי ההתמודדות של ילדים – מגוון פתרונות פיזיים, רגשיים, חברתיים ותקשורתיים
להלן יוצג ניתוח הממצאים מהשאלה הפתוחה בשאלון המקוון שביקשה לברר כיצד, לפי תפיסתם, התארגנו הילדים לעבור את תקופת המשבר ומה עשו לשם כך. הילדים והילדות נתבקשו להשיב במילים שלהם לשאלה: האם תוכלו לתאר שלוש דרכים שבהן אתם משתמשים כדי לא להיכנס ללחץ במצב הנוכחי? הממצאים נחלקו לכמה סוגי פתרונות, ששופכים אור על אופן הפעולה המגוון של הילדים ומבטאים את התחושות והמחשבות מנקודת מבטם: פתרונות אישיים-פיזיים, פתרונות אישיים-רגשיים, פתרונות חברתיים ופתרונות תקשורתיים.

מרכיב מרכזי בדיווחי הילדים על דרכי התמודדותם עם המגפה והסגר היו פעולות פיזיות: התעמלות, ריקוד, יציאה לנשום אוויר צח, רכיבה על אופניים או טיול בקרבת הבית. כך גם פעולות בתוך הבית: למידה, מנוחה ושינה, בישול ואפייה ופעילות יצירתית כגון ציור, כתיבה, תפירה או קסמים. נכללו גם מרכיבים של פעילות פיזית שנותנת, לדעת הילדים, מענה לצרכים נפשיים. בת תשע, למשל, כתבה: "אני נושמת ואומרת לעצמי שהכול יהיה בסדר"; בת 13 כתבה: "תפריג טאקה عن طريق الرقص واليوغا (שחרור אנרגיה דרך ריקוד ויוגה)"; בן עשר תיאר "פריקת לחץ על שק אגרוף"; ובת עשר כתבה: "אני מנצלת את הזמן כדי לעשות דברים שאני אוהבת וזה מרגיע אותי". גם שמירה על שגרת החיים הייתה מרכיב בהיגדים החופשיים של הילדים. למשל בת תשע כתבה: "بعدها اتغدى بعد الغدى انام وأصلي وعلى الساعة 4 العب في الخارج وندخل الى البيت نتعشا وننام (אוכלת ארוחת צוהריים, ישנה, מתפללת ובשעה ארבע משחקת בחוץ ואחר כך חוזרת הביתה לארוחת ערב ושינה)". ילדים דיווחו גם על היענות להנחיות הרשויות או המבוגרים, כמו הקפדה על שטיפת ידיים כפעילות שעזרה להם להירגע ולחוש בטוחים יותר. בת תשע כתבה: "التزم بالتعليمات ولا اخرج بناتنا من المنزل (מציינת להנחיות ולא יוצאת מהבית בכלל)", והוסיפה: "اخذ الحذر واحتياط عند خروج بوضع كامه (אהיה זהירה ואשים מסכה עם יציאתי)".

מרכיב שני בתיאורי הילדים היו פתרונות רגשיים שהם מצאו כדי להיעזר בהם בעת המשבר. חלקם הצביעו על ניסיון להימנע ממשכבות רעות וחששות ממגפת הקורונה, כמו בן 11 שכתב: "אני מנסה להסיח את עצמי מזה", או בת 11 שכתבה: "אני לא חושבת על מה יכול לקרות", או בן 13 שענה בפשטות באנגלית: "Think positive (חושב חיובי)". אחרים התנחמו בכך שבני גילם אינם בקבוצת הסיכון לחלות בקורונה, כמו בן 11 שכתב: "אני מבין ששום דבר לא יקרה לי". היו ילדים שהסתמכו על הדת כדי להירגע, כמו בת תשע שציינה: "להגיד שהשם איתנו". פתרון אחר היה לחשוב על עתיד אופטימי, כמו בת עשר שכתבה: "מדמיינת את הרגע שאפגוש את סבתי אחרי תקופה כזו". ילדה בת 12 תיארה מהלך של התמודדות רגשית: "אני נוהגת לשבת לכד ולחשוב על דברים. העניין של לרוקן את הראש לא עוזר לי. בדרך כלל אני עושה את זה אחרי שאני מתחילה להילחץ". התשובות הציגו עולם מגוון ועשיר של פתרונות אישיים ורגשיים המשמשים ילדים וילדות ישראלים. הפתרונות הראו מודעות עצמית, חשיבה מקורית ויצירתיות שנועדו לעזור להם להירגע. אחת הילדות, בת תשע, אף ניצלה את ההזדמנות לכטא בשאלון את תחושותיה האישיות: "אני שונאת להישאר בבית".

מרכיב שלישי בדרכי ההתמודדות של ילדים הוא הסתמכות על הסביבה החברתית והתייחסות אליה. קשר עם בני משפחה קרובים ורחוקים ועם חברים וחברות בני גילם היה אחד הכלים המשמעותיים עבורם בעת הריחוק החברתי הכפוי. התיאורים כללו משחק עם אחים ואחיות או פעילות עם ההורים. בן עשר כתב: "אנחנו גם עושים ספורט משפחתי כל יום". אפילו הצקה לאחרים נמנתה כדרך פעולה, כפי שכתב בן עשר אחר:

"משגע את כל הבית ומחליט על כולם". כך גם שמירה על קשר עם אנשים אהובים, משפחה וחברים מרוחקים, בטלפון או בזום, כפי שתיארה בהרחבה יחסית ילדה בת 12: "אני מדברת עם חברים שלי הרבה. חשוב לי גם לראות אותם, זה עוזר לי. אני מעדיפה להשתעמם ביחד איתם מאשר להשתעמם לבד". חלק מהילדים התגברו על הריחוק הפיזי בעזרת מפגשים בקרבת הבית, כמו מפגש עם ילדים באותו בניין או טיולים משותפים, כפי שתיארה בת 12: "الذهاب إلى أماكن كالأشجار والجبال مع عدم الاختلاط (הולכים למקומות כמו יערות והרים תוך שמירת מרחק)". דרך התמודדות מקורית שתיארו כמה ילדים כללה דאגה לאחרים, כמו חיית המחמד או בני המשפחה, כפי שתיארה בת 13: "אני משתדלת להיות יותר סבלנית לאחים שלי, שעכשיו אני רואה אותם 24/7". אחרים מצאו נחמה ביחס לאחרים או למצב כדור הארץ, כמו בן 13 שכתב: "לי אסור להתלונן כי יש אנשים שנמצאים במצב קשה בגלל הקורונה", והוסיף: "חושב על זה שיש הרבה פחות זיהום אוויר בגלל הקורונה".

המרכיב האחרון שבלט בדרכי ההתגברות על החששות והלחצים היה השימוש במדיה. משחק במחשב, קריאת ספרים, האזנה למוזיקה וצפייה בתוכן וידיאו (בטלוויזיה, באינטרנט או ברשתות חברתיות) צוינו בהרחבה על ידי הילדים, כפי שכתבה בת 11: "أشاهد مقاطع مضحكة تتسبني من الكورونا (צופה בקטעים מצחיקים על מנת לשכוח מהקורונה)". התקשורת שימשה כמובן גם לשמירה על קשר עם חברים ועם המורים, כהמשך לסעיף הקודם וכדרך להתגבר על הריחוק החברתי ולצורך הלמידה מרחוק. האזנה לחדשות או צפייה בהן, ומנגד הימנעות מחשיפה לחדשות, היו טקטיקות שדווחו על ידי כמה ילדים. ילדה בת עשר אף הראתה בכתיבה שלה מודעות לשיח הציבורי המעורר הסתרה של חדשות מילדים, ופירטה: "שומעת חדשות (כן), זה עוזר לי לא להיכנס ללחץ, לא להפך...".

ידע, פחדים והמדיה

כמה שאלות במחקר עסקו בידע העובדתי של ילדים וילדות על מגפת הקורונה. הילדים בישראל גילו ידע עובדתי מדויק על מקור ההתפרצות הראשונה של הנגיף: ברומה למחקר הביין-לאומי, 99 אחוז מהם ידעו שמקורו בסין. בשאלה על הקבוצות באוכלוסייה הנמצאות בסיכון גבוה יותר בשל הנגיף,⁶ רוב מוחלט של הילדים (95%) ידעו לזהות כי מבוגרים מעל גיל שישים נמנים עם קבוצות הסיכון. 3/4 מהילדים (75%) ידעו כי גם אנשים עם מחלות ריאות בקבוצת סיכון, ורק כמחציתם (48%) ידעו שגם חולי סוכרת נמצאים בקבוצת סיכון. אחד מכל שישה ילדים (17%) זיהה גם תינוקות בגיל 0-1 כקבוצת סיכון – נתון שאינו מדויק, אך אפשר לזהותו עם החשש לגבי יכולת ההתמודדות של תינוקות עם מחלות בכלל. הנתונים בישראל דומים לנתוני המחקר הביין-לאומי, מלבד ההתייחסות השגויה לבני 40-59: הממוצע העולמי של ילדים שהאמינו שמבוגרים אלה בקבוצת סיכון היה 12 אחוז, לעומת ארבעה אחוזים בלבד מהילדים הישראליים.

מהמחקר עלה שהילדים הישראלים ידעו מהם התסמינים המרכזיים של המחלה. בממוצע, בדומה לתמונה ברחבי העולם, הם ידעו כי שיעול (86%), חום (83%) וקשיי נשימה (73%) הם התסמינים המרכזיים. כשליש מהילדים (30%) ראו בהתעטשות תסמין מרכזי אף שלא נכללה בתסמיני המחלה בעת המחקר (בקרוב ילדים בעולם – 23%). ניתוח ההבדלים בין תשובות הילדים על התסמינים המרכזיים על בסיס שפת אם, מגלה שהעונים בערבית היו בעלי ידע מדויק פחות: מחציתם סימנו את ההתעטשות, לעומת 25 אחוז בלבד מהילדים שענו בעברית, ותשעה אחוזים מהילדים שענו בערבית סימנו עיניים אדומות לעומת אחוז אחד מהעונים בעברית. ייתכן שהבדל זה קשור לממצאים על מיעוט ואיחור בפרסום התכנים הרשמיים שהותאמו לשפה הערבית בישראל, ובמיוחד עבור ילדים. למשל, נתוני מרכז חמלה (חמלה, 2020) גילו שמספר הפוסטים בנושא קורונה בשפה העברית בדף הפייסבוק של משרד הבריאות היה גדול פי שלושה ממספר הפוסטים בערבית, שגם סבלו מתרגום לקוי וחוסר התאמה לשונית ותרבותית.

ביחס לדרכי ההתגוננות מהנגיף הראו ממצאי המחקר שבדומה לתמונה בעולם, הילדים והילדות בישראל היו בעלי ידע משמעותי.⁷ רובם ידעו שכדי להימנע מהידבקות רצוי לדחוף ידיים היטב ולעיתים קרובות (88%). הישארות בבית (58%) ושמירת מרחק שני מטרים מאנשים אחרים (45%) הובנו על ידי כמחצית מהילדים כדרך התגוננות נכונה. דרכים נוספות שיש בהן היגיון מניעתי, גם אם לא נכללו ברשימת הכללים המרכזיים, נמצאו בתשובות הילדים: להתעטש ל"טישו" או למרפק (29%), להימנע מהצטופפות עם הרבה אנשים (18%) ולא להתקרב לאנשים חולים (17%).

נמצאו הבדלים בחלק מתשובות הילדים בנושא ההתגוננות מהידבקות, בהתאמה לשפת אימם: בעוד רחיצת ידיים נתפסה כמרכזית ביותר אצל כולם, הישארות בבית הייתה משמעותית הרבה יותר בתשובות העונים בערבית (86%) לעומת העונים בעברית (49%). מנגד, שמירת מרחק של שני מטרים מאחרים הייתה מרכזית יותר בתשובות העונים בעברית (56%) לעומת העונים בערבית (5%). הבדל נוסף נמצא בסוגיית ההתעטשות למרפק, שאותה זיהו כמשמעותית יותר ילדים שענו בערבית (35%) לעומת ילדים שענו בערבית (14%).⁸

מרכיב נוסף בבחינת הידע של ילדים היה יכולתם להבחין בין ידע עובדתי ובין שמועות או ידיעות כזב (Fake News) שנפוצו ברשתות החברתיות ובחברה בכלל. לפני הילדים הוצגו כמה אמירות, מהן רק אחת מדויקת ומבוססת עובדתית. האמירה המדויקת הייתה "סוגים שונים של נגיפי קורונה היו ידועים מזה שנים, אבל הסוג הזה הוא חדש": 75 אחוז מהילדים בישראל ידעו להצביע עליה כאמירה מדויקת לעומת שבעים אחוז מהילדים במחקר הבינ-לאומי. רוב הילדים ידעו לזהות ידיעות כזב, אך בממוצע 11-19 אחוז מהילדים בישראל זיהו ידיעות שקריות כאמיתיות.

15 אחוז מהילדים סברו שהקביעה הלא-מבוססת כאילו "הקורונה הופצה על ידי ממשלות זרות כנשק" אמיתית. עם זאת, כמחצית מהעונים בערבית (48%) חשבו

שהאמירה מדויקת, לעומת שבעה אחוזים בלבד מהעונים בעברית. תמונה דומה נמצאה ביחס לאמירה השקרית "אכילת שום יכולה למנוע ממך להידבק בנגיף הקורונה", ש-43 אחוז מהעונים בערבית ראו כנכונה לעומת שמונה אחוזים מהעונים בעברית. 38 אחוז מהעונים בערבית סברו שהקביעה המוטעית ש"ריסוס אלכוהול או כלור על כל הגוף יהרוג את כל הווירוסים שכבר נכנסו לגוף שלך" אמיתית לעומת 14 אחוז מהעונים בעברית. ייתכן שההסבר לפערים אלה נעוץ בשני מקורות: האחד, מיעוט המידע הרשמי הזמין בשפה הערבית (חמלה, 2020); והשני, היעדר האמון בחברה הערבית באתרי מידע ממשלתיים או בעיתונים ממוסדים והסתמכות יתר על מידע מהרשתות החברתיות, שבהן הופצו ידיעות כזב רבות (איגוד האינטרנט הישראלי, 2020).

שימושי תקשורת של ילדים בעת משבר הקורונה

עלייה בשימוש

החלק האחרון במחקר זה עוסק באופן שבו השתמשו ילדים וילדות במדיה בעת המשבר. מרכיב מרכזי בשגרת החיים בעת הגל הראשון של התפרצות הקורונה בישראל באפריל 2020 היה הדרישה להישאר בבתים – דרישה ששינתה את סדר היום הרגיל והעבירה פעילויות רבות של ילדים (ושל מבוגרים) לאמצעי תקשורת: למידה, מידע, קשר עם אחרים ובידור (Perez, 2020a).

בשאלה הרב-ברירתית הראשונה ביחס למדיה, נשאלו הילדים והילדות באיזו תקשורת הם משתמשים יותר מבעבר בגלל מגפת הקורונה.¹⁰ 42 אחוז מהם דיווחו על עלייה בשימוש באפליקציית ווטסאפ, 41 אחוז – על עלייה בצפייה בטלוויזיה, 34 אחוז על עלייה בשימוש בטלפון הנייד ושלושים אחוז על עלייה בשימוש במחשב (ואחריהם בממוצע הכללי: עלייה בצפייה ביוטיוב 22 אחוז, בנטפליקס 18 אחוז, בשימוש בטבלט (מחשב לוח) 16 אחוז, ו-13 אחוז דיווחו על עלייה בקריאת ספרים, במשחק במחשב ובהאזנה למוזיקה).¹¹

ניתוח הנתונים לפי מגדר מגלה הבדלים בדיווחי הכנות והכנים על עלייה בשימושם בתקשורת. בנות דיווחו יותר על עלייה בשימוש בווטסאפ (47% לעומת הבנים (36%), בשימוש במחשב (בנות – 35%, בנים – 24%), בצפייה ביוטיוב (בנות – 28%, בנים – 18%) וכן בהאזנה למוזיקה (בנות – 18%, בנים – 6%). בנים דיווחו על עלייה משמעותית יותר בצפייה בטלוויזיה (44% לעומת הבנות (35%), בשימוש בטלפון נייד (בנים – 40%, בנות – 28%), בקריאת ספרים (בנים – 18%, בנות – 8%), במשחק במחשב (בנים – 20%, בנות – 6%) ובקונסולות משחק (בנים – 24%, בנות – 0%). הנתונים תואמים את ממצאי מחקרם של כהן ועמיתיו (2015) על הבדלים בדפוסי הפנאי לפי מגדר, טרום הקורונה, שלפיהם בנות פעילות יותר בתקשורת טכנולוגית (התכתבות במסרונים, שיחות טלפון), בצריכה (טיפוח עצמי, קניות) ובפעילויות הקשורות בבית ובלמודים.

השוואה בין תשובות הילדים בערבית לעברית מעלה גם היא הבדלים. בפלטפורמות הכולטות כמו ווטסאפ, טלוויזיה, טלפון נייד, מחשב ויוטיוב היו הבדלים קטנים בלבד, אך העונים בעברית דיווחו באופן משמעותי יותר על עלייה בשימוש בנטפליקס (בעברית – 21%, בערבית – 0%), בקריאת ספרים (בעברית – 16%, בערבית – 5%) ובשימוש בקונסולות משחק (בעברית – 14%, בערבית – 0%). העונים בערבית דיווחו על עלייה משמעותית יותר בהאזנה למוזיקה (בערבית – 23%, בעברית – 9%) ובשימוש ברשתות החברתיות פייסבוק וסנאפצ'ט (את שתייהן סימנו 14% מדוברי הערבית לעומת 0% מדוברי העברית). הממצאים תומכים במחקרים קודמים המתארים את אופני השימוש השונים של ילדים ונוער בחברה הערבית בישראל במדיה – זו משמשת בעיקר להאזנה למוזיקה ולשמירה על קשרים חברתיים דרך מגוון רשתות חברתיות ובראשן פייסבוק ווטסאפ (חמלה, 2017; גנאיים, 2018).

שיטות לניהול השימוש במדיה בימי הקורונה

הבנחה שלשימוש בתקשורת יש גם חסרונות, ובילוי זמן רב מדי מול המסכים עלול להלחיץ ולהשרות תחושה של חוסר אונים, הוצגה לילדים ולילדות שאלה פתוחה על האופן שהם מנהלים את השימוש העצמי שלהם במדיה בעת המחקר. נראה ששאלה זו לא הובנה כראוי על ידי חלק מהילדים, שפירוטו מה עשו באמצעות המסכים במקום את דרך ניהול השימוש, כמו בת תשע שראתה "סרטונים מצחיקים בטלפון של אמא", בן תשע שהסביר: "אני לומד דרך הזום", ובת תשע שתיארה באילו ערוצים היא צופה: "اشاهد قناة ماجد للأطفال (צופה בערוץ מאג'ד לילדים)".

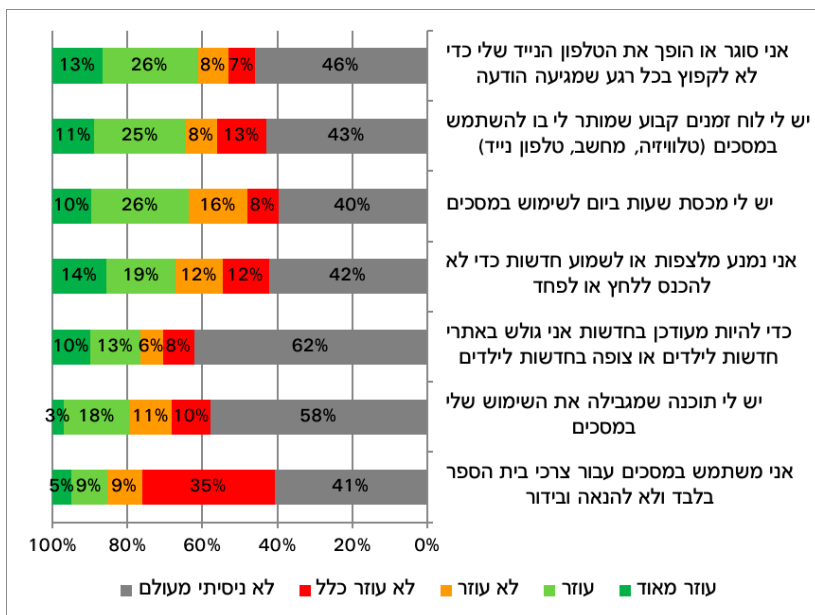
בקרב אלה שהתייחסו לדרכי ניהול השימוש בתקשורת, התשובות נחלקו לכמה שיטות. הראשונה הייתה היצמדות ללוח זמנים קבוע או מסגרת מוגדרת לזמן מסכים. בת תשע כתבה שבבוקר היא משתמשת בווטסאפ ללמידה מרחוק ואחרי ארוחת הצוהריים היא צופה בטלוויזיה; בן תשע תיאר: "تقسيم الوقت مع אחوتي (חלוקת הזמן עם האחים שלי)", בן עשר ציין שהוא "רואה רק חמישה פרקים"; ובן 11 הסביר: "בשבת אני בלי מסכים בכלל".

השיטה השנייה שילדים ציינו הייתה שימוש באמצעים חיצוניים כמו טיימר, אפליקציות ייעודיות או הישמעות להנחיות ההורים. בן עשר כתב: "פמלי לינק של גוגל"; בן 12 הסביר: "ההורים שלי הם אלה שאומרים לי להפסיק ולעשות דברים אחרים"; בת עשר תיארה: "את זמן המסך שלי אני 'קונה' על ידי ביצוע משימות בבית ולימודים".

הקבוצה השלישית מנתה ילדים שטענו שאין להם שיטה אחידה ומתוכננת מראש, אלא הם מחליטים בעצמם על משך השימוש. בן 12 תיאר שהוא מפסיק לבר "כשאני הרבה זמן על המסך"; בן 11 ענה: "עושה הפסקות ממסכים כי הרבה מסכים זה משעמם"; בת 11 הסבירה: "אם אני מרגישה שמה שאני רואה בטלוויזיה גורם להיות מוטרדת אז אני אפסיק לצפות בזה".

הקבוצה הרביעית והאחרונה דיווחה במפורש או במשתמע כי אינה מנהלת את זמן השימוש במסכים כלל. בן עשר כתב: "אני רואה כמה טלוויזיה שבא לי", ובת עשר כתבה: "אני לא מגבילה את עצמי".

תרשים 1: כיצד אתה מנהלת את השימוש שלך במסכים ובתקשורת?
(שאלה 10, תשובות כלל הילדים בישראל)

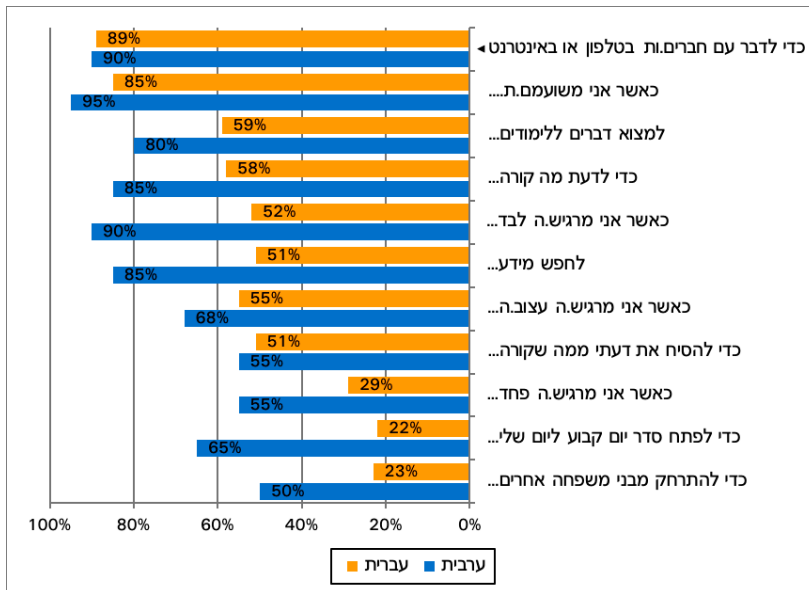


במקביל ביקשנו לברוק עד כמה נפוצות השיטות השונות בקרב הילדים בישראל. למשתתפים הוצגו היגדים רב-ברירתיים על אופן ניהול התקשורת והמסכים, והם התבקשו לציין אם השיטה המתוארת בהיגד עוזרת להם באותה עת (תרשים 1). הממצא הבולט ביותר הוא שילדים דיווחו על ניהול עצמי מועט יחסית של השימוש במדיה. 58 אחוז מהילדים בארץ דיווחו שמעולם לא השתמשו בתוכנה להגבלת השימוש במסכים (במחקר הבין-לאומי נמצא שיעור דומה, 63%). 21 אחוז טענו ששיטה זו אינה עוזרת. כשליש מהילדים בלבד (36%) סיפרו שיש להם מכסת שעות ביום לשימוש במסכים (42% במחקר הבין-לאומי). הפער הגדול ביותר עם ילדי העולם התגלע בשאלה על שימוש בלוח זמנים קבוע לשימוש במסכים: רק כשליש מהילדים הישראלים (36%) הסכימו שזו שיטה מועילה וציינו שהם עושים בה שימוש אישי, לעומת שישים אחוז במחקר הבין-לאומי. ניתוח הנתונים מגלה שילדים שענו בערבית דיווחו על שימוש בשיטת לוח הזמנים הקבוע בשיעור גבוה פי שניים מהעונים בעברית (בערבית 60% ובעברית 29%).

המניעים והסיבות לעלייה בשימוש בתקשורת בימי הקורונה

העלייה בשימוש בתקשורת ובמסכים שהוצגה לעיל מעלה את השאלה מהן הסיבות לכך, מנקודת המבט של הילדים והילדות. למשתתפים במחקר הוצגו 11 משפטים המציגים סיבות שונות לעלייה בשימוש בתקשורת והם נתבקשו להשיב באיזו מידה הם מסכימים עם ההיגדים.¹² שני היגדים זכו להסכמה גורפת בקרב הילדים בישראל: "כדי לדבר עם חברים וחברות בטלפון או באינטרנט (כולל רשתות חברתיות) על מה שמעניין אותנו" – 89 אחוז הסכמה;¹³ "כאשר אני משועמם.ת" – 88 אחוז. סיבות נוספות שרוב הילדים מצאו כתואמות לחוויית החיים שלהם ביחס למניעים לשימוש המוגבר בתקשורת היו: "למצוא דברים ללימודים" – 64 אחוז, "כדי לדעת מה קורה" – 63 אחוז, "כאשר אני מרגיש.ה לבד" – 60 אחוז. אחריהם בסדר יורד: "לחפש מידע" ו"כאשר אני עצובה.ה" – 58 אחוז, "כדי להסיח את דעתי ממה שקורה" – 54 אחוז. היגדים שרק כשליש מהילדים בישראל הסכימו איתם היו: "כאשר אני מרגיש.ה פחד" – 35 אחוז, "כדי לפתח סדר יום קבוע" – 31 אחוז ו"כדי להתרחק מבני משפחה אחרים" – שלושים אחוז.

תרשים 2: מאז התפשטות נגיף הקורונה, אני משתמשת יותר בתקשורת ובמסכים כדי... (שאלה 18, לפי שפת אם בישראל, שיעור המסכימים והמסכימים מאוד ביחד)



ניתוח תשובות הילדים לפי משתנה שפת האם מגלה ששיעור השימוש הנוסף במדיה לשמירה על קשר עם חברים היה דומה וגבוה (כ-90%), אך ילדים שענו בערבית הסכימו בשיעור רב יותר עם רוב האמירות בדבר השימוש המוגבר במדיה: כאמצעי להתגבר על

בדידות (בערבית – 90%, בעברית – 52%), לחיפוש מידע ולדעת מה קורה (פערים של 34% ו-27% בהתאמה), למציאת חומר לימודי (פער של 21%), לסיוע בפיתוח סדר יום (בערבית – 65%, בעברית – 22%), פער של כמעט פי 3, ולצורך התרחקות מבני משפחה (בערבית – 50%, בעברית – 23%), פער של יותר מפי 2 (תרשים 2). הממצאים תואמים את אלה שברו"ח על סטודנטים בדואים בישראל בעת הקורונה, שהשימושים העיקריים שלהם באינטרנט היו עבור תקשורת (82.5%), חדשות ומידע על הנעשה בעולם (56.8%) ואיתור מידע מקצועי (46.7%) (אבו-קשק ומנדלס, 2020).

פערים קטנים יותר נמצאו בין המגדרים: בעוד שיעור השימוש הנוסף במדיה לחיפוש מידע או לירידת מה שקורה היה דומה (כ-60%), בנות הסכימו בשיעור גבוה יותר עם האמירות על שימוש נוסף במדיה כדי לדבר עם חברים וחברות (94%; בנים – 82%); להתגבר על פחד (בנות – 44%, בנים – 24%); להתגבר על עצב (בנות – 66%, בנים – 50%); ולהתרחק מבני משפחה אחרים (בנות – 37%, בנים – 22%). בנים דיווחו על שימוש גובר במדיה לצורכי לימודים (68%; בנות – 57%). הממצאים תואמים מחקרים קיימים שבנות ונשים נוהגות להשתמש יותר ברשת לשם תקשורת ותמיכה חברתית, ואילו בנים וגברים – לאיתור מידע (Cotton & Jelenewicz, 2006).

חדשות וילדים: תפיסות הילדים ביחס לחדשות על הקורונה

כמה היגדים שהילדים והילדות התבקשו לענות עליהם במחקר עסקו בשאלת החשיפה למידע על הקורונה, ועל רקע זה, מה היו תפיסותיהם ביחס לחדשות בכלל ולתכנים חדשותיים המיועדים לילדים בפרט. כאמור לעיל, כ-2/3 מילדים בישראל (63%) הסכימו עם הקביעה שבעת משבר הקורונה עשו שימוש מוגבר בתקשורת ובמסכים "כדי לדעת מה קורה". 75 אחוז מהילדים הישראלים הסכימו עם ההיגד "אני יכולה למצוא את כל המידע שאני צריך". על נגיף הקורונה באינטרנט. אפשר לראות שבגלל המשבר רבים מהילדים נעזרו בתקשורת במידה גוברת כדי להתעדכן בחדשות.¹⁴

עם זאת, קיים חשש שחשיפה לחדשות תעורר רגשות קשים ופחדים בקרב ילדים וילדות (Götz, Lemish & Holler, 2019). כמה היגדים בחנו ישירות את נקודת המבט של הילדים עצמם ביחס לחשש זה. 45 אחוז מהם הסכימו עם ההיגד "הדיווחים בחדשות על נגיף הקורונה מפחידים אותי", ו-55 אחוז לא הסכימו. בחלוקה לפי שפת אם, 33 אחוז מהעונים בעברית מצאו את הדיווחים בחדשות מפחידים, לעומת 75 אחוז מהעונים בערבית. 43 אחוז מהילדים הסכימו עם האמירה "אני לא רוצה יותר לראות/לשמוע/לקרוא מידע על נגיף הקורונה בתקשורת", ו-57 אחוז לא הסכימו. גם בשאלה זו הסכימו העונים בערבית בשיעור גבוה יותר עם האמירה (50%; בעברית – 38%). מהממצאים עולה שהילדים נחלקים בשאלת הרגשות שמעוררות הידיעות החדשותיות אצלם: יותר ממחציתם אינם רואים בחדשות על המגפה מקור לחשש ופחדים, אך כמעט מחציתם אכן רואים בחדשות מקור לפחדים, וכשיעור גבוה יותר בחברה הערבית.

בשאלה 10 במחקר הנוכחי (תרשים 1) נכללה אמירה על פעולות הילדים לנוכח הידיעות החדשותיות: "אני נמנעת מלצפות או לשמוע חדשות כדי לא להיכנס ללחץ או לפחד". כשליש מהילדים (35%) הסכימו שהימנעות מחדשות היא פעולה מועילה מבחינתם, 24 אחוז טענו שאינה מועילה ו-42 אחוז לא ניסו מעולם להימנע מצפייה בחדשות. ניתוח הממצא מעלה גם הוא שהילדים בישראל נחלקים ביניהם: כ-2/3 מהם אינם נמנעים מהחדשות (בין אם לא רצו להימנע כלל או שניסו להימנע וגילו שזה לא אפשרי); אך שליש מהילדים הסכימו עם הקביעה שהימנעות מצפייה בחדשות עוזרת להם להפחית פחדים.¹⁵

חדשות לילדים בעת הקורונה

אחת הדרכים שנועדו לסייע לילדים לקבל מידע באופן המותאם ליכולתם הקוגניטיבית והרגשית היא הפקת מהדורות ואתרים חדשותיים המיועדים להם. אלה מכונים "חדשות לילדים" (Alon-Tirosh & Lemish, 2014). גם ערוצים ואתרים בידוריים לילדים יכולים לשמש בעת המשבר מקור מידע חשוב ומהימן המותאם לתפיסותיהם ולצורכיהם. במחקר הנוכחי בחנו את עמדת הילדים ביחס למידע שקיבלו מערוצים, מהדורות ואתרי חדשות עבור ילדים. ראשית, הם נשאלו אם לתפיסתם "ערוצים ואתרים לילדים צריכים לדבר ולהציג מידע על נגיף הקורונה". 64 אחוז מהם הסכימו עם הקביעה. במילים אחרות, כ-2/3 מהילדים חשבו שאתרי התוכן המיועדים לילדים צריכים לספק מידע ולא לשמש רק מקור לבידור.

השאלה השנייה בדקה אם הילדים חשבו כי "טלוויזיה לילדים מספקת לי את כל המידע שאני צריך על נגיף הקורונה", והתברר שרק 29 אחוז מהילדים בארץ הסכימו עם ההיגד. כלומר, הילדים אומנם ראו חשיבות בקבלת מידע על הקורונה מהמדיה המיועדת להם, אך לא היו מרוצים מדרכי פעולתם של ערוצי הילדים וחשו שלא קיבלו את כל המידע שנוקקו לו. הנתון הזה בעייתי יותר ביחס לילדים דוברי העברית. ניתוח השאלה בחלוקה לפי שפת אם מגלה שרק עשרים אחוז מהעונים בעברית מצאו שהטלוויזיה לילדים סיפקה להם את כל המידע שביקשו על הקורונה, לעומת 55 אחוז מהעונים בערבית (ו-45% מהילדים במחקר הבין-לאומי). כלומר, ארבעה מכל חמישה ילדים שענו בעברית לא הרגישו שטלוויזיה לילדים בעברית סיפקה להם את כל המידע הדרוש על הקורונה.

נוסף על כך, בשאלה 10 (תרשים 1) נכלל ההיגד: "כדי להיות מעודכן בחדשות אני גולש באתרי חדשות לילדים או צופה בחדשות לילדים". מהממצאים עולה ש-62 אחוז מהילדים בישראל לא צפו מעולם בחדשות לילדים. רק 23 אחוז מהם הסכימו שהם צופים או גולשים באתרי חדשות לילדים כדי להיות מעודכנים בחדשות. בחלוקה לפי שפת אם, שיעור העונים בעברית שלא צפו בחדשות לילדים מעולם גבוה אף יותר (64%), ורק 19 אחוז מהם מצאו בחדשות לילדים עזרה, לעומת 45 אחוז מהעונים בערבית. מכאן

שלפי תפיסת הילדים ניכר חוסר בערוצים ובאתרי חדשות המיועדים לילדים בישראל, ובעיקר כאלה בשפה העברית.¹⁶

סיכום

המחקר הציג את נקודת המבט של הילדים והילדות בישראל בעת הגל הראשון של התפרצות הקורונה באפריל 2020, תוך כדי התמקדות בשימוש שלהם בתקשורת ובמקומה בתחושותיהם, בדרכי ההתמודדות וכידע שהם צברו. כ-2/3 מהילדים בישראל דיווחו על קושי אישי, אך היו מוטרדים אישית פחות מהמוצע בעולם. ילדים פיתחו מגוון שיטות לשחרור לחצים, ובהן אוכל, חברותיות ושימוש מוגבר במדיה. באמצעות התקשורת הם אספו מידע, פגשו חברים והפיגו שעמום. הם אומנם לא ניהלו את זמן המדיה שלהם, אך זו שימשה עבורם ככלי מרכזי להתגברות על פחדים. נמצאו הבדלים מגדריים מעטים, בעיקר בדיווח על חששות, שהיו אופייניים יותר לבנות.

נמצאו הבדלים בין ילדים בניתוח לפי שפת אם. לילדים דוברי הערבית היו יותר חששות, והם יצאו פחות לפעילויות ספורט מחוץ לבית, אך השתמשו יותר במדיה כדי להאזין למוזיקה, להתגבר על בדידות, למצוא חומר לימודי ולארגן את יומם. הם האמינו יותר לשמועות וידעויות כזב בנושא הקורונה. דווקא הילדים דוברי העברית הצביעו על חוסר במידע שמותאם להם.

קבלת מידע אמין ומותאם לגיל התגלתה כחשובה ומרכזית לכל הילדים. מהמחקר הבין-לאומי עלה שככל שלילדים היה מידע מדויק יותר לגבי הקורונה, הם פחדו פחות (Götz et al., 2020). רוב הילדים בישראל גילו בקיאות במידע על המחלה, על התסמינים ועל דרכי ההתגוננות. כ-2/3 מהם סברו שחשוב לקבל מידע על הקורונה מאתרים ומערוצים המיועדים לילדים. עם זאת רוב הילדים (ובמיוחד העונים בעברית) טענו שהטלוויזיה לילדים לא סיפקה די את רצונם במידע על הנגיף, וניכר כם צורך באתרי מידע וחדשות רבים יותר מסוג זה.

תרומת המחקר: ברמה התיאורטית, המחקר מוסיף מידע על רווחת ילדים יהודים וערבים בצל הקורונה – האתגרים, הידע והשימוש שלהם במדיה. הוא מאפשר ללמוד על עולמם ולהסיק מסקנות על צורכיהם, רצונותיהם והשימוש שלהם במדיה בתקופת משבר זו, שבה התקשורת עם בית הספר והחברים התאפשרה רק באופן מקוון בשל ההסגר והריחוק הפיזי-חברתי.

ברמה המעשית, מנתוני המחקר אפשר לזהות צרכים אלה:

1. הקמת אתרים חדשתיים ותכנים מקוונים בכלל ובנושא הקורונה בפרט, המותאמים לגילם של הילדים, לרגשותיהם וליכולתם הקוגניטיבית, בעברית ובערבית.
2. הנגשת המידע בערבית בנושא הקורונה.
3. העלאת המודעות והדיון המשותף בקרב ילדים והורים בנושא ניהול זמן מסך.¹⁷

4. שיתוף פעולה הדוק בין ילדים, הורים, בתי ספר, מומחים ומשרדים ממשלתיים בהערכה ובצמצום ההשפעה הבריאותית והנפשית של הקורונה (פחד, חששות, סדר יום), כדי לספק לילדים תמיכה נכונה.

המחקר מציג מגוון ממצאים על התקופה הראשונה של התפשטות מגפת הקורונה בישראל ובעולם, אך בשל היקפו המצומצם והתמשכות החיים בצל המגפה, יש צורך במחקר המשך שיכלול מדגם גדול יותר וישלב שיטות מחקר איכותניות כמו ראיונות וקבוצות מיקוד, שיתרמו להרחבת הידע על הרווחה ושימושי התקשורת של ילדים מקבוצות אוכלוסייה מגוונות בעיתות משבר.

הערות

- 1 על מכון המחקר ראו: <https://www.br-online.de/jugend/izi/english/home.htm>
- 2 השימוש בלשון זכר כולל ילדים וילדות ונובע מנוחות השימוש. אם הכוונה לילדים או לילדות בלבד, הדבר יצוין במפורש.
- 3 על הפלטפורמה: <https://www.socsisurvey.de/en/index>
- 4 נרשמו פערים בסוגיית החשש האישי של הילדים בין אזורים שונים בעולם: בצפון אמריקה, באוקיאניה ובאירופה הם חששו פחות (בשיעורים דומים לישראל) לעומת מדינות אפריקה או דרום אמריקה, שם רמת החשש הייתה גבוהה יותר (Götz et al., 2020).
- 5 דיון נרחב במדיה כדרך להתמודדות עם הקשיים והשינויים בחייהם ראו על שימושי תקשורת בהמשך.
- 6 הילדים נתבקשו לסמן שלוש תשובות נכונות.
- 7 הילדים נתבקשו לסמן שלוש תשובות נכונות.
- 8 התעטשות למרפק היא מצווה במסורת המוסלמית, בדומה לנטילת ידיים במסורת היהודית.
- 9 עוד בנושא תיקון תפיסות שגויות (אכילת שום, ריסוס אלכוהול או כלור על הגוף) ראו: ארגון הבריאות העולמי, 2020.
- 10 הילדים יכלו לסמן עד שלוש תשובות.
- 11 הנתונים תואמים ממצאי מחקר מקביל, ראו: בן אריה, ברוק ופרקש, 2020.
- 12 התשובות נתקבלו בסולם סדר (Ordinal Scale) שכלל ארבע אפשרויות: "מסכים לגמרי", "מסכים קצת", "לא מסכים" ו"בכלל לא מסכים".
- 13 "מסכים לגמרי" ו"מסכים קצת" ביחד.
- 14 הממצאים תואמים את מחקרם של בן אריה, ברוק ופרקש, 2020.
- 15 לפי המלצות מרכז שניידר לרפואת ילדים בישראל בנושא התמודדות עם חרדה אצל ילדים בזמן הקורונה, ולטענת פסיכולוגים קליניים (לוטן, 2020), אין צורך להסתיר מילדים את המצב אך יש להימנע מחשיפה לידיעות מדאיגות ומראות קשים בכלי התקשורת.
- 16 נתון זה מעיד על מיעוט מהדורות ואתרי חדשות לילדים בעברית. בעת המגפה שידרה רק מהדורת חדשות אחת, "מהדורה צעירה", חדשות בעברית עבור ילדים בארץ. חלק מערוצי הילדים הפיקו תכנים על הקורונה.
- 17 למשל, האקדמיה האמריקנית לרפואת ילדים (AAP – American Academy of Pediatrics), שתמכה במגבלות קפדניות על זמן מסך לילדים צעירים, ממליצה לחשוב מחדש על זמן המסך לאור המגפה, ובמקום לקבוע מגבלות עליו לעבור למיקוד בסוג זמן המסך שהילדים צורכים. עוד הם ממליצים על שימוש משותף של ילדים ומבוגרים במסכים (Wiederhold, 2020).

מקורות

- אבריקשק, ה' ו' מנדלס (2020). "מנסים להתחבר: למידה מרחוק ואי-שוויון דיגיטלי בקרב סטודנטים בדואים בזמן משבר הקורונה", המכללה האקדמית ספיר, <https://bit.ly/3m9rrpB>. כל האתרים הנזכרים במקורות אוחזרו לאחרונה.
- איגוד האינטרנט הישראלי (2020). "הגולש הישראלי בתקופת נגיף הקורונה: נתוני השימוש באינטרנט בישראל גדלו בכל היבט", <https://bit.ly/3jykHQL>.
- ארגון הבריאות העולמי (2020). "עוצת לציבור בנושא וירוס הקורונה (nCoV-19): תיקון תפיסות שגויות", <https://bit.ly/3bH9eMh> (בערבית).
- ארזי, ט' ו' סבג (2020). "הגברת מצבי הסיכון של ילדים ובני נוער נוכח משבר הקורונה", <https://bit.ly/2EMpBe7>.
- בן אריה, א', ש' ברוק וח' פרקש (2020). "תפיסות ותחושות של ילדים ובני נוער בישראל בנוגע לוירוס הקורונה והיחיה האישיים", <https://bit.ly/2EM29Or>.
- גנאיים, א' (2018). "האינטרנט בחברה הערבית בישראל", <https://bit.ly/2QWJSjX>.
- הדאן, י', ס' אברביעה-קווידר, י' יונה, א' ביטון, ש' חסן, ג' לוי, מ' מסאלחה, ל' ספראי, ה' ופינסון (2020). "משבר הקורונה והשפעתו על מערכת החינוך הישראלית", <https://bit.ly/34YZKdU>.
- דטל, ל' וא' וקסמן (2020). "נתניהו הודיע על סגירת בתי הספר והאוניברסיטאות החל ממחר; קורא להקים ממשלת אחדות", *The Marker*, 12.3.2020, <https://bit.ly/32OOX39>.
- הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2018). **שנתון סטטיסטי לישראל 2018**, <https://www.cbs.gov.il/he/publications/DocLib/2018/shnaton69/shnaton69.pdf>.
- הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2020). "תמונת מצב של החוסן האזרחי בתקופת משבר הקורונה" (הודעה לתקשורת), <https://bit.ly/3hOY4ao>.
- חילאי, ס' (2020). "מחשב לכל ילד? ל-140 אלף תלמידים אין *Ynet*", 28.7.2020, <https://bit.ly/2EVSdBm>.
- ח'מאסי, ר' (2016). "המרחב הדיגיטלי וחזות היישובים הערביים בישראל: הסרת חסמים ומימוש אתגרי הפיתוח", <https://bit.ly/3jETnjJ>.
- חמלה – המרכז הערבי לקידום המדיה החברתית (2017). "מושג אבטחת המידע בקרב צעירים פלסטינים", <https://bit.ly/34VNBp> (בערבית).
- חמלה – המרכז הערבי לקידום המדיה החברתית (2020). "ההבדלים בין הקמפיינים של משרד הבריאות בערבית ובעברית בתקופת הקורונה", <https://bit.ly/3IEqFl2> (בערבית).
- כהן, א', ש' רומי, ע' בר-און כהן, מ' סלקובסקי וש' אילוז (2015). "הפנאי בקרב בני נוער בישראל: חינוך בלתי פורמאלי, אקלים בית ספרי, אלימות, סיכון לנשירה ורווחה נפשית", <https://bit.ly/3hRXEzZ>.
- לביא, א', מ' אלרון, ח, סואעד, מ, אבו מוך, ומ' דלאשה (2020). "החברה הערבית בישראל בצל מגפת הקורונה", **מבט על**, 1288, <https://bit.ly/3hMKEeU>.
- לוטן, י' (2020). "בעקבות התפרצות מגיפת הקורונה: המלצות מרכז שניידר כיצד להתמודד עם חרדה אצל ילדים", <https://bit.ly/31OoaVs>.
- מש, ג' וא' תלמוד (2007). "הבדלים תרבותיים בנגישות לטכנולוגיות תקשורת ושימוש בהן: מתבגרים יהודים וערבים בישראל", <https://www.isoc.org.il/internet-il/articles-and-research/magazine/>, cultural-differences-in-access-to-and-use-of-communications-technologies-including-the-jewish-and-arab-adolescents-in-israel
- פלאפון, yes ובזק בינלאומי (2020). "מנורמליות לנורמליות חדשה: דו"ח השימושים הדיגיטליים – מבט על נתוני פלאפון, yes ובזק בינלאומי לאורך מגפת הקורונה והשגרה החדשה", <https://bit.ly/31TD10N>.
- פרח, ג' (2020). "התמודדות החברה הערבית עם משבר הקורונה", מתוך <https://bit.ly/2EL7NjH>.
- קורה, מ' ומ' חושן (2019). "על נתוני ירושלים: מצב קיים ומגמות שינוי 2019", מתוך: <https://bit.ly/2T7NeBM>.

- https://,10.3.2020, Ynet, "דורשים מידע בערבית: 'הנגיף לא מבחין בזהות אתנית'", *ynet*, bit.ly/2QLUIcl
- שקרי, א' (2003). *מילים המנסות לגעת: מחקר איכותני – תיאוריה ויישום*. רמות ואוניברסיטת תל אביב.
- Abbas, R. & G.S. Mesch (2015). "Cultural Values & Facebook Use among Palestinian Youth in Israel", *Computers in Human Behavior*, 48, pp. 644–653.
- Abedi, M. (2020). *COVID-19: New Coronavirus disease named by World Health Organization*. *Global News*, 11.2.2020. <https://bit.ly/3gQyvEB>
- Alon-Tirosh, M. & D. Lemish (2014). "If I was Making News': What do Children Want from News?", *Participations: Journal of Audience & Reception Studies*, 11, pp. 108–129.
- Cotton, S.R. & S.M. Jelenewicz (2006). "A Disappearing Digital Divide among College Students? Peeling Away the Layers of Digital Divide", *Social Science Computer Review*, 24(4), pp. 497–506.
- Götz, M., D. Lemish & A. Holler (2019). *Fear in Front of the Screen: Children's Fears, Nightmares and Thrills*. Lanham, MD: Rowman & Littlefield.
- Götz, M., C. Mendel, D. Lemish et al. (2020). "Children, COVID-19 and the Media: A Study on the Challenges Children are Facing in the 2020 Coronavirus Crisis", *Television*, 33(E), 4–9, <https://bit.ly/34W7WeJ>
- Higa-McMillan, C.K., S.E. Francis & B.F. Chorpita (2014). "Anxiety Disorders", in: E.J. Mash & R.A. Barkley (eds.), *Child Psychopathology* (3rd ed., pp. 345–428). New York: The Guilford Press.
- Holmes, R. (2020). "Is Covid-19 Social Media's Levelling up Moment?", *Forbes*, 24.2.2020. <https://bit.ly/3bl9Y9G>
- IBM Corp. (2017). *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 25.0*, Armonk, NY: IBM Corp.
- Muris, P., C. Meesters & M. Knoop (2005). "The Relation between Gender Role Orientation and Fear and Anxiety in Nonclinic-referred Children", *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34(2), pp. 326–332.
- Noy, C. (2008). "Sampling Knowledge: The Hermeneutics of Snowball Sampling in Qualitative Research", *International Journal of Social Research Methodology*, 11(4), pp. 327–344.
- Perez, S. (2020a). "Report: WhatsApp has Seen a 40% Increase in Usage due to COVID-19 Pandemic", *Techcrunch*, 26.3.202, <https://tcrn.ch/2QIShXZ>
- Perez, S. (2020b). "Kids Now Spend Nearly as Much Time Watching TikTok as YouTube in US, UK & Spain", *Techcrunch*, 4.6.2020, <https://tcrn.ch/2EVUHQc>
- Reimers, F.M. & A. Schleicher (2020). "A Framework to Guide an Education Response to the COVID-19 Pandemic of 2020", OECD, <https://bit.ly/3bfcs9k>
- UNESCO (2020). "COVID-19 Educational Disruption and Response", <https://bit.ly/3ID6WC6>
- Waite, P., P. Patalay, B. Moltrecht, E. McElroy & C. Creswell (2020). *Report 02: Covid-19 Worries Parent/carer Stress and Support Needs, by Child Special Educational Needs and Parent/carer Work Status*. Co-Space Study COVID-19: Supporting Parents, Adolescents and Children during Epidemics. <https://bit.ly/2EUPAQW>
- Wiederhold, B.K. (2020). "Children Screen Time during the Covid-19 Pandemic: Boundaries & Etiquette", *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 3(6), <https://bit.ly/32XisQi>