

סוג הבחינה: בגרות
מועד הבחינה: קיץ תש"ף, 2020
מספר השאלון: 011281
שם התלמיד/ה: _____

עברית: הבנה, הבעה ולשון

שאלון מותאם

הוראות לנבחן

עברית: הבנה, הבעה ולשון – שאלון מותאם

א. משך הבחינה: שלוש שעות.

ב. מבנה השאלון ומפתח ההערכה: בשאלון זה שני חלקים.

חלק ראשון – הבנה והבעה – 50 נקודות

חלק שני – לשון – 50 נקודות

פרק א: שם המספר

פרק ב: תחביר / פרק ג: מערכת הצורות – יש לבחור באחד הפרקים

סך הכול – 100 נקודות

ג. חומר עזר מותר בשימוש: דף עזר לנבחן (נספח 2).

ד. הוראה מיוחדת: יש לענות על השאלות בגוף שאלון זה לפי ההוראות.

שים לב: בסוף הבחינה מצורפים דפי טיוטה לשימושך. אין להוסיף דפים אחרים למחברת הבחינה.

ההנחיות בשאלון זה מנוסחות בלשון זכר ומכוונות לנבחנות ולנבחנים כאחד.

נספחים: נספח 1 – טקסטים; נספח 2 – דף עזר לנבחן.

בהצלחה!

השאלות

חלק ראשון — הבנה והבעה

(50 נקודות)

קרא את הטקסטים 1–3 שבנספח 1 המצורף, וענה על כל השאלות 1–5 שלפניך.
הקפד על כתב ברור, על כתיב נכון, על כללי הדקדוק ועל פיסוק הגיוני.
(נספח 1 — טקסטים: לפניך שלושה טקסטים. קרא אותם, וענה על השאלות בשאלון המחברת המצורף.)

1. (8 נקודות)

בטקסטים מתוארות שתי תופעות המאפיינות את תקופתנו: "פומו" ו"ג'ומו".
השווה בין שתי התופעות, "פומו" ו"ג'ומו", מן הבחינות האלה: התחושות של האנשים החווים אותן
והפעולות של אנשים אלה.
את תשובתך עליך לכתוב באופן לכיד ומקושר (לא בטבלה ולא בנקודות). (8 נקודות)

2. (2 נקודות)

הקף את המשפט שהנאמר בו נכון. (2 נקודות)

(1) הפחד מהחמצה הוא תופעה חדשה שיצרו הרשתות החברתיות והטלפונים החכמים.
(2) הפחד מהחמצה הוא תופעה שהייתה מאז ומעולם, והטכנולוגיה המודרנית החמירה אותה.
(3) הפחד מהחמצה הוא תופעה שרווחה בעבר, והיא עדיין רווחת כיום בלי קשר להתפתחות הטכנולוגיה.
(4) הפחד מהחמצה הוא תופעה שהייתה נפוצה מאוד בעבר, ואילו כיום בזכות הרשתות החברתיות היא הצטמצמה.

3. (4 נקודות)

לפניך פתגם ידוע: "אם אינך יכול לנצח אותם, הצטרף אליהם"
(באנגלית — If you can't beat them, join them).
הבא מטקסט 2 דוגמה להתנהלות על פי הפתגם הזה, והסבר כיצד הפתגם בא לידי ביטוי בהתנהלות זו. (4 נקודות)

4. (10 נקודות)

א. בפסקה האחרונה בטקסט 2 כתוב: "שאלה חשובה שצריכה להישאל היא אם הרשתות החברתיות משרתות אותנו או אם אנחנו משרתים אותן" — אם אנחנו שולטים בשימוש שלנו ברשתות החברתיות ומפיקים מהן תועלת או אם השימוש שלנו בהן מופרז וגורם לנו חרדת החמצה".
על פי שאלה זו, כתוב מהו המצב הרצוי בעיני הכותבת של טקסט 2. (5 נקודות)

ב. בפסקות ב–ג בטקסט 2 כותבת הטקסט מצטטת את דבריה של יעל פולק-חלק.
מהי מטרת ציטוט זה? הסבר את תשובתך. (5 נקודות)

5. (26 נקודות)

מטלת כתיבה (26 נקודות)

לקראת פעילות שתתקיים בבית הספר ותעסוק בהשפעת הטכנולוגיה המודרנית על חיינו, כתוב סקירה על תופעת ה"ג'ומו" ועל הרקע להיווצרותה. בכתיבת הסקירה התבסס על שלושת הטקסטים 1-3 שקראת. הקפד על דרכי מסירה מקובלות ועל אזכור מקורות המידע בגוף הסקירה ובסופה (ביבליוגרפיה). כתוב בהיקף של כ-150-250 מילים. השתמש בעמוד זה לכתיבת טיוטה, ואת הסקירה כתוב בעמודים 7-8.

חלק שני — לשון

(50 נקודות)

בחלק זה שלושה פרקים. עליך לענות על שני פרקים: על פרק א — חובה, ועל אחד מן הפרקים ב-ג.

פרק א: שם המספר — חובה (10 נקודות)

ענה על שאלה 6.

לפניך שני פרקים: פרק ב — תחביר ופרק ג — מערכת הצורות.

בחר ב**פרק שלמדת**: פרק ב — תחביר או פרק ג — מערכת הצורות.

בפרק שבחרת ענה על השאלות לפי ההוראות.

ציין את שם הפרק שבחרת: _____

פרק ב: תחביר (40 נקודות)

בפרק זה ענה על ארבע מן השאלות 7-11 (לכל שאלה — 10 נקודות).

שים לב: בכל שאלה שתבחר, ענה על כל הסעיפים.

תוכל להיעזר בנספח 2 — דף העזר לנבחן.

פרק ג: מערכת הצורות (40 נקודות)

בפרק זה ענה על ארבע מן השאלות 12-16 (לכל שאלה — 10 נקודות).

שים לב: בכל שאלה שתבחר, ענה על כל הסעיפים.

תוכל להיעזר בנספח 2 — דף העזר לנבחן.

שם המספר ואותיות השימוש

6. (10 נקודות)

- בקטעים שלפניך הקף את הצורה הנכונה של כל שם מספר מבין שתי האפשרויות הנתונות.
- בשנת אלפיים ושלוש עשרה / אלפיים ושלושה עשר הוכנס למילון אוקספורד המושג "פומו", ונראה כי כיום המושג רלוונטי מתמיד. הקלדה של המילה "פומו" במנוע החיפוש של גוגל מניבה יותר משישים ושלושה אלף / שישים ושלוש אלף תוצאות.
- כדי ללמוד על הרגלי השימוש שלנו בטלפון החכם ערכו חוקרים סקר, ובו עקבו חמש / חמישה ימים בשבוע אחר השימוש בטלפון של קבוצת נבדקים.
- ממצאי הסקר הראו כי המשתתפים בסקר השתמשו בטלפון החכם שלהם אלפיים שש מאות ושבע עשרה / אלפיים שש מאות ושבעה עשר פעמים ביום בממוצע; בקרב רבים מן המשתתפים היה מספר הפעמים גדול פי שתיים / שניים מן הממוצע.
- הזמן הממוצע שבו הם השתמשו בטלפון החכם שלהם הוא מאה ארבעים וחמש / מאה ארבעים וחמישה דקות ליום.
- שלושת / שלוש הרשתות החברתיות הפופולריות ביותר בקרב המשתתפים בסקר הן פייסבוק, ואטסאפ ואינסטגרם. אחד עשר / אחת עשרה אחוזים מן המשתתפים בסקר אמרו כי בסביבות השעה שלוש לפנות בוקר הם בודקים אם קיבלו הודעות בטלפון שלהם.
- מדוח שפרסמה חברת בזק עולה כי מספר הגולשים באינטרנט בישראל הוא יותר משישה מיליון / שש מיליון, וכי כל משתמש בפייסבוק חבר בשישה עשר / שש עשרה קבוצות בממוצע.

תחביר

7. (10 נקודות)

לפניך שני משפטים.

(1) סקר שנערך לאחרונה הראה שהצעירים מבלים כיום פחות זמן ברשתות החברתיות. _____

(2) זמן השימוש שלי בפייסבוק צומצם לארבעים דקות בלבד, ולא קרה שום אסון. _____

א. ציין לכל משפט את הסוג התחבירי שלו.

ב. • אם המשפט מורכב — תחם את הפסוקית/הפסוקיות שבו, וציין מעל כל פסוקית שתחמת את התפקיד התחבירי שלה.

• אם המשפט הוא משפט איחוי — תחם את איבריו.

ג. ציין את התפקיד התחבירי של כל אחת מן המילים המסומנות בקו במשפטים (1) ו-(2).

לאחרונה _____

בפייסבוק _____

8. (10 נקודות)

א. לפניך הכותרת של טקסט 2.

מחמיצים ונהנים: הכירו את "ג'ומו"

• כותרת זו בנויה משני חלקים. באיזה מן החלקים של הכותרת הנושא הוא סתמי?
העתק את החלק. _____

• כיצד מובעת הסתמיות בחלק שציינת? השתמש במונחים דקדוקיים. _____

ב. לפניך כותרת של כתבה שהתפרסמה ברשת.

הפחד מהחמצה: הכוח שמניע אתכם בחיים

• המר את הכותרת במשפט שלא יהיו בו נקודתיים. (הוסף מילה/מילים על פי הצורך). _____

• ציין את התפקיד התחבירי של הצירוף "הפחד מהחמצה" במשפט שכתבת. _____

ג. לפניך שני משפטים.

(1) אני מוזמן לאירועים מעניינים רבים.

(2) אני בוחר לא להגיע לכל האירועים.

המר את שני המשפטים במשפט מורכב בקשר לוגי מתאים. _____

9. (10 נקודות)

לפניך שני משפטים, ובהם חלקים כוללים.

(1) "ג'ומו" אינו רק ההנאה שבהחמצה, אלא גם הידיעה שהשמיים לא ייפלו אם פספסת דבר מה.

(2) סגרו את ואטסאפ, פייסבוק, אינסטגרם וטוויטר, והעולם ישוב לשלוותו.

א. • ציין את התפקיד התחבירי של החלק הכולל במשפט (1). _____

• ציין את התפקיד התחבירי של החלק הכולל במשפט (2). _____

• ציין את הקשר הלוגי המשותף לחלקים הכוללים בשני המשפטים. _____

ב. כתוב את משפט (1) מחדש בלי להשתמש במבנה "אין... אלא...".

שמור על משמעות המשפט. _____

ג. הסבר מהי תרומתו של המבנה "אין... אלא..." להעברת המסר של הכותב במשפט (1). _____

ד. הסבר מדוע במשפט (2) לא סומן פסיק לפני וי"ו החיבור הראשונה (לפני המילה "וטוויטר"), ומדוע

סומן פסיק לפני וי"ו החיבור השנייה (לפני המילה "והעולם"). _____

10. (10 נקודות)

- א. לפניך משפט דר־משמעי, ובו פסוקית מצומצמת.
המורה ביקש מן התלמידים להשתתף בקבוצת הוואטסאפ של הכיתה.
- תחם במשפט את הפסוקית המצומצמת.
 - ציין מעל הפסוקית המצומצמת את התפקיד התחבירי שלה.
 - המר את המשפט הדר־משמעי בשני משפטים, שכל אחד מהם יבטא באופן דר־משמעי משמעות אחת של המשפט.

- ב. לפניך משפט, ובו תמורה.
- היישומונים ואטסאפ ווייז הם היישומונים הפופולריים ביותר בקרב כלל הגולשים.
- סמן את התמורה במשפט.
 - כתוב את המשפט מחדש, באופן שבו התמורה שסימנת תשמש נשוא.
- ג. לפניך קטע קצר ובו המילה "לדבריו" כתובה פעמיים, ומסומנת בכל פעם בקו.
- ציין מעל כל אחת מן המילים המסומנות בקו את התפקיד התחבירי שלה.
- בהרצאה דיבר המרצה על תופעת ה"פומו". לדבריו, תופעה זו משפיעה לרעה על חיינו. איש מן הנוכחים לא הביע התנגדות לדבריו של המרצה.

11. (10 נקודות)

- א. לפניך חמישה משפטים. חבר אותם לקטע לכיד ומקושר. השתמש במילות קישור מתאימות, והשמיט מילים לפי הצורך.
- (1) מיליוני אנשים ברחבי העולם רשומים כיום ברשתות חברתיות מקוונות.
 - (2) הרשתות החברתיות מאפשרות למשתתפים בהן לשתף את חבריהם במידע, בתמונות ובאירועים חשובים.
 - (3) לרשתות החברתיות יש חסרונות.
 - (4) השימוש המופרז ברשתות החברתיות עלול לגרום להתמכרות.
 - (5) ההתמכרות לרשתות החברתיות מעלה את הסיכויים לדיכאון ולחרדה.
- ב. לפניך משפט מורכב, ובו פסוקית לוואי.
- חברת הטכנולוגיה שפיתחה כלי להגבלת זמן השימוש ברשתות החברתיות זכתה בפרס.
- תחם את פסוקית הלוואי במשפט.
 - כתוב את המשפט מחדש: המר את פסוקית הלוואי שבמשפט הנתון בפסוקית סיבה.

מערכת הצורות

12. (10 נקודות)

לפניך שבעה משפטים. בכל משפט יש פועל מודגש, ובסוגריים אותו הפועל מנוקד. ציין בטבלה את השורש ואת הבניין של כל אחד מן הפעלים המודגשים.

הפועל	השורש	הבניין
לאנשים בימינו חשוב להיות מעודכנים (מְעַדְכָּנִים) בנעשה.		
האנשים מוצפים (מוֹצְפִים) במידע.		
המשתמשים מתחילים להתקומם (לְהִתְקוֹמֵם) נגד חברות הטכנולוגיה.		
יש אנשים שהחליטו שלא להיכנע (לְהִכְנַעַ) לצורך להיות מעודכן כל הזמן.		
"ג'ומו" מעיד (מְעִיד) על התבגרות והתפכחות.		
הוצאתי (הוֹצֵאתִי) את הטלוויזיה מהבית.		
נוכחתי (נוֹכַחְתִּי) לדעת שאפשר גם בלעדיה.		

13. (10 נקודות)

א. לפניך צירופים ומשפטים, ובהם מילים מודגשות. העלאה בשכר, עולים חדשים, עלות כספית, טקסט עָלוּם (אנסין), חברי הוא עילוי בנגינה בכינור. פותח מנגנון שמעלים את הפוסטים הפוגעניים מעיני הגולשים. מיינ בטבלה את המילים המודגשות לשתי קבוצות לפי השורש.

ב. לפניך שלושה משפטים, ובכל אחד מהם פועל מודגש. ציין את השורש ואת הבניין של כל אחד מן הפעלים.

- בשיעור חינוך גופני רצתי (רְצֵתִי) 2,000 מטר.

שורש: _____ בניין: _____

- הרציתי (הִרְצֵיתִי) לפני הכיתה על תופעת ה"פומו".

שורש: _____ בניין: _____

- רציתי (רְצֵתִי) שחבריי יהיו מודעים לתופעה.

שורש: _____ בניין: _____

ג. כתוב את שם הפועל של כל אחד משני הפעלים שלפניך.

- רצתי (רְצֵתִי) _____

- רציתי (רְצֵתִי) _____

14. (10 נקודות)

א. לפניך משפט.

הביטויים של ה"פומו" הם בדיקה אובססיבית של הדואר האלקטרוני, ריענון חוזר ונשנה של אתרים וקבלה בלתי פוסקת של מידע.

לפניך טבלה. העתק מן המשפט ארבעה שמות פעולה, וציין את הבניין של כל אחד מהם.

שם הפעולה	הבניין	
		1
		2
		3
		4

ב. לפניך שלושה משפטים, ובהם שלוש מילים מודגשות שנוצרו בדרך של בסיס וצורן סופי.

- למרות העיפות אנחנו הולכים למסיבה.
- הצוללן נשלח לשחרר את העוגן של האונייה.
- העידן הנוכחי מאופיין בחרדת החמצה.

(1) מה המשותף לבסיסים של שלוש המילים המודגשות?

הקף את התשובה הנכונה.

— הבסיסים הם שמות פעולה.

— הבסיסים הם צורות בינוני.

— הבסיסים שאולים מלעז.

— הבסיסים שייכים לאותו משקל.

(2) ציין את המשמעות של הצורן הסופי בכל מילה על פי ההקשר שלה.

עיפות _____ צוללן _____ נוכחי _____

(3) איזו מבין שלוש המילים המודגשות יוצאת דופן מבחינת חלק הדיבור שלה? _____

15. (10 נקודות)

- א. לפניך קטע שחסרים בו **פעלים**. קרא אותו, וכתוב בכל מקום ריק את הפועל המתאים על פי השורש שבסוגריים. אין צורך לנקד.
- החרדה מפני החמצה _____ (ב-ו-א) לידי ביטוי בתחומים רבים בחיינו. בתחום הצרכנות, למשל, החרדה הזאת _____ (ב-ט-א) בחשש של הציבור _____ (פ-ס-ד) הזדמנות לרכוש מוצר או לחוות חוויה.
- המפרסמים מודעים היטב לחרדה זו, והם מנצלים אותה כדי _____ (נ-ו-ע) את הציבור לפעולה, כלומר כדי לגרום לציבור לרכוש את המוצר או את השירות שהם מציעים לו.
- קל מאוד _____ (ז-ה-י) את הניצול של תופעת "חרדת ההחמצה" בסיסמאות פרסומת כמו: "אל תפספסו את זה!".
- השימוש בחרדת ההחמצה _____ (פ-ו-ץ) במיוחד באתרים להזמנת מלונות ברשת. לא משנה באיזה מלון תבחר, תהליך ההזמנה שלך ילווה בקביעות במשפטים ובאזהרות כמו " _____ (י/ו-ת-ר) רק שני חדרים פנויים!". מתברר כי השיטה הזאת מצליחה, והיא _____ (א-ו-ץ) באנשים להזמין מהר. החשש של האנשים להחמיץ הזדמנות שהם _____ (ע-נ-ן) בה, גובר לעיתים על ההיגיון.
- ב. לפניך קטע שחסרים בו **שמות עצם**. קרא אותו, וכתוב בכל מקום ריק את השם המתאים על פי השורש שבסוגריים. אין צורך לנקד.
- בשנים האחרונות זכתה תעשיית הטלוויזיה ל _____ (פ-ר-ח) חסרת תקדים, בעיקר בזכות ריבוי הערוצים החדשים ו _____ (פ-ת-ח) של מערכות דיגיטליות חדשות שמביאות את הסדרות הטובות ביותר בעולם לכל מכשיר המחובר לאינטרנט.
- בסקר שנערך בשנת 2014 על הרגלי הפנאי של ישראלים, ציינו 45% מן המשתתפים כי ה _____ (צ-פ-י) בסדרות היא ה _____ (ב-ל-י) המועדף עליהם, יותר מ _____ (ק-ר-א) בספרים ומכל פעילות אחרת. סקרים מעודכנים יותר יראו מן הסתם _____ (ע-ל-י) בנתון זה.
- לכאורה, חובבי הטלוויזיה אמורים להיות מרוצים מן ה _____ (ש-פ-ע) הרב המוצע להם בערוצים השונים, אולם רבים מהם חווים בעיקר _____ (ח-ו-ש) של חרדה ותסכול. החרדה והתסכול נובעים בעיקר מן ה _____ (ר-צ-י) של האנשים "להיות בעניינים" ולהשתתף בשיח החברתי ומן החשש שלא יצליחו בכך.

16. (10 נקודות)

- א. לפניך קבוצת מילים. הקף את המילה היוצאת דופן מבחינת השורש.
- תְּבִנִּית, בְּנוּיָה, לְהַפְנוּת, תְּבוּנָה
- ב. לפניך קבוצת מילים. הקף את השם היוצא דופן מבחינת המשקל.
- מְלוּכָה, מְבוּכָה, מְלוּנָה, מְנוּחָה
- ג. המילה **ישומון** שחידשה האקדמיה ללשון העברית היא החלופה העברית למילה אפליקציה, והמילה **ציצן** משמשת כדי לציין אדם המשתמש בטוויטר.
- ציין את דרך התצורה של כל אחת מן המילים, ופרט אותה.
- ישומון** דרך התצורה: _____ פירוט: _____
- ציצן** דרך התצורה: _____ פירוט: _____

ד. לפניך שני משפטים, ובכל אחד מהם מודגשת מילה.

(1) מִשְׁפָּטָן של הנשים שהתפרעו בהפגנה יחל בשבוע הבא.

(2) אביה של חברתי הוא מִשְׁפָּטָן ידוע.

השלם את המשפט שלפניך.

במילה המודגשת במשפט (1) סוג הצורן הסופי הוא _____ ומשמעותו _____.

ובמילה המודגשת במשפט (2) סוג הצורן הסופי הוא _____ ומשמעותו _____.

נספח 1 – מאמרים

טקסט 1

הפספוס של החיים שלכם

הדס ברטל

א מהו הדבר הראשון שאתה עושה כשאתה מתעורר בבוקר? כנראה מושיט יד לטלפון החכם שלך ובודק מה קרה בזמן שהעזת לישון, וזה אם בכלל זכרת להעביר לפני השינה את הטלפון למצב "השתק" ולא התעוררת מכל זמזום ואטסאפ או התראת פייסבוק. ההתמכרות למה שקורה במרחבי הרשת היא כבר מזמן תופעה פסיכולוגית-חברתית המאפיינת את בני הדור שלנו. בארוחת הערב, בישיבה על הספה עם בני משפחה, בתור במרכול, ואפילו בזמן הליכה – המבט נמשך אל המסך – העיקר שלא להחמיץ את מה שכולם עושים.

ב הפסיכולוגים מכנים את התופעה הזאת "פומו", FOMO – ראשי תיבות של הביטוי: fear of missing out, או בעברית: "הִרְדַּת הַחֲמִצָּה". ההגדרה של המושג "פומו" במילון אוקספורד היא: "החרדה שלנו מלהחמיץ אירוע מרגש או חשוב שמתקיים במקום אחר שאיננו נמצאים בו. זוהי חרדה שהרשתות החברתיות מעצימות".

ג החשש מלהחמיץ אירועים חברתיים ולהיות מחוץ לעניינים הוא עתיק יומין, והוא היה בנו עוד הרבה לפני עידן הטלפונים החכמים. החידוש בדור הנוכחי הוא הצורך שלנו להיות מחוברים לטלפונים שלנו כל העת כדי להישאר מעודכנים. אנחנו רואים פוסטים שהחברים שלנו מעלים מארוחות ערב, ממסיבות או מכל בילוי אחר. בפוסט שהחברים מעלים, הבילוי תמיד נראה מהנה יותר ממה שקורה במציאות, ומייד מתעוררת בנו תחושת ההחמצה, מכיוון שאנחנו לא שם ולא משתתפים בבילוי, ואנחנו חוששים שחיינו אפורים ומשעממים לעומת חיהם המעניינים והמהנים של האחרים.

ד רועי סמנה, פסיכולוג קליני שמרצה לפני צעירים על תופעת ה"פומו", מספר: "בכל מקום שבו אני מרצה, הקהל הצעיר נסער מתופעת ה'פומו'. תופעה זו מטרידה את כל הצעירים כיום מכיוון שהם חשופים ליותר ויותר רשתות חברתיות באמצעות הטכנולוגיה המתקדמת שמשעבדת את כולם". הוא מיטיב לתאר את התופעה:

"אנחנו חיים בתקופה מהירה, עמוסה ומרובת הזדמנויות, אנחנו כל הזמן רודפים אחרי הזדמנות כלשהי שאולי החמצנו, וזה קורה כמובן גם מחוץ לרשתות החברתיות. למשל, הגענו הביתה אחרי יום ארוך, אבל יש מסיבה, ואנחנו לא רוצים להחמיץ את ההזדמנות להצטלם עם כולם. משום כך למרות העייפות אנחנו הולכים למסיבה, מצטלמים, מעלים את התמונות לרשתות החברתיות וחוזרים הביתה – למקום שרצינו להיות בו מלכתחילה. העיקר שלא להחמיץ את ההתרחשות, או גרוע מכך – שיחשבו שאנחנו לא שותפים לה".

ה איך נרפאים מכך? איך אפשר להפסיק לחיות בתחושת החמצה? לדבריו של סמנה, לא בטוח שאפשר להירפא, אנחנו תמיד נרגיש שאנחנו מחמיצים משהו. תמיד יהיה משהו שעושה משהו מעניין יותר או חווה משהו מרגש יותר. סמנה אומר: "העבודה הפסיכולוגית שאנחנו צריכים לעשות היא ללמוד לקבל את זה, להבין שכך העולם בנוי, ושאי אפשר להספיק הכול. הרי כשבחרים ללכת ימינה, מחמיצים את צד שמאל. רובנו לא מבינים זאת, ומותחים את החיים עד הקצה, העיקר שלא להחמיץ את ההתרחשות".

מעובד על פי ברטל, ה' (3 במאי 2016). הפספוס של החיים שלכם. ידיעות אחרונות. אוחר מ-yediot.co.il.

טקסט 2

מחמיצים ונהנים: הכירו את "ג'ומו" (JOMO)

ויקי אוסלנדר

- א. אנו רוצים להיות מעודכנים ומחוברים כל העת. החשש מלהיות לא רלוונטי, מלהחמיץ דברים, "פומו" — (FOMO — fear of missing out) — נהפך להמנון הדור, וביטוייו הם בדיקה אובססיבית של הדואר האלקטרוני והוואטסאפ, כניסה שוב ושוב לפייסבוק, לטוויטר ולאינסטגרם, ריענון חוזר ונשנה של אתרים וקבלת התראות בלתי פוסקות בנוגע לכל העדכונים החמים.
- ב. לפי מחקר שפורסם בשנת 2018, האמריקנים בודקים את מכשיר הטלפון שלהם 52 פעמים ביום בממוצע ומשתמשים בו כשלוש שעות בכל יום. "אנשים בודקים את הטלפון שלהם בכל עת, אפילו בזמן שהם בשירותים או באמבטיה", אומרת יעל פולק־חלק, שעוסקת בכלכלה התנהגותית.
- ג. "בעידן הנוכחי אנחנו מוצפים כל הזמן במידע שמגיע אלינו בפז⁽¹⁾", מסבירה פולק־חלק. "המרחב הדיגיטלי מעניק סיפוק מיידי. אנחנו רוצים לקבל עוד 'לייק' בפייסבוק, ולהעלות עוד תמונה לחשבון האינסטגרם כדי להגדיל את מספר העוקבים. כל אלה מסיחים את דעתנו מאוד — אנחנו נכנסים לאינטרנט כדי לשלוח דואר אלקטרוני ושעתיים אחר כך אנחנו עדיין גולשים באינטרנט ומוצאים את עצמנו באתרים אחרים לחלוטין. נראה שכיום אנשים אינם מצליחים לשמור על ריכוז".
- ד. זה היה רק עניין של זמן עד שתהיה תגובת נגד לתופעת ה"פומו". בשנים האחרונות החלה להתהוות קהילה של אנשים שאומנם משתמשים במכשירים דיגיטליים, אך קוראים לצמצם את השימוש בהם. קהילה זו מותחת ביקורת על ריבוי התכנים בפלטפורמות הדיגיטליות, ומבקשת להפחית את הסחות הדעת ואת העיסוק האובססיבי במכשירים הדיגיטליים, לנשום עמוק ו... להחמיץ.
- ה. הכוונה היא להתנתק מן הרשת ולהתחבר אליה רק בעת הצורך, לצרוך מידע באופן פעיל ומודע, ובשאר הזמן להתמקד בפעילויות לא מקוונות. במילים אחרות, להיות נוכח ב"כאן ועכשיו" ולא להיכנע לצורך בסיפוק מיידי. הרעיון הוא לבחון מה גורם לנו הנאה בחיים, ולא לפחד להתנתק מהאינטרנט.
- ו. "הרשת החברתית האהובה עליי הייתה פייסבוק", מספרת מאיה אבישר. "הייתי כל הזמן בפייסבוק, והשקעתי המון אנרגיה כדי להראות לעולם מה אני עושה, עד שהבנתי שזהו מאמץ מיותר, ואמרתי לעצמי: אני מתרכזת בעצמי ובאושר שלי. אני אמדוד את האושר שלי, ולא הרשת החברתית".

ז את השינוי שהחל באופן ספונטני אימצו עד מהרה חברות טכנולוגיה כמו גוגל ואפל. החברות האלה הבינו שהמשתמשים מתחילים להתקומם נגדן ונגד השימוש המופרז במכשירים הדיגיטליים שהן מייצרות, ושהם מתחילים לפעול למען רווחתם האישית. בכינוס של חברת גוגל הכריז מנכ"ל החברה על "עידן חדש של רווחה דיגיטלית" ובו יעודדו הרגלי שימוש נכונים יותר בטכנולוגיה. הוא הציג כלים חדשים שפותחו בגוגל, המקציבים את זמן הגלישה, וכן כלים המציעים למשתמשים הפסקות יזומות מפלטפורמות שונות. הוא עמד על הבמה ומאחוריו התנוסס המשפט: joy of missing out, ובראשי תיבות JOMO, ובעברית: "ההנאה שבהחמצה" (בניגוד מובהק ל"פומו").

ח גם חברת אינסטגרם הודיעה שהיא תפיץ עדכון ובו מאפיין (פיצ'ר) שיתריע אם המשתמש עבר את מכסת הזמן שהוגדרה באפליקציה. כמו כן היא הכריזה כי תסתיר את מניין הלייקים כדי שהמשתמשים יתרכזו בתוכן ולא בכמות הלייקים שהם מקבלים.

ט "הגדרתי בסמארטפון שלי חסימה להתראות מפייסבוק", מספרת עופר בילי. "כשהושק המאפיין שמסכם את הזמן שאני משתמשת בכל אפליקציה, נחרדתי לגלות שהרשתות החברתיות, פייסבוק ואינסטגרם, ממלאות זמן רב בחיי. מאז במקום להשתמש בפייסבוק שעתיים או שלוש שעות ביום, צמצמתי את הזמן לארבעים דקות בלבד, וגיליתי שזה לא סוף העולם. היום אני יודעת שגם אם לא איכנס לפייסבוק כמה ימים, לא אחמיץ שום דבר חשוב. זה שינוי תפיסה שקרה לאט".

י התשובה על השאלה איך לווסת את זמן המסך ולהפחית את תחושת ההחמצה, משתנה מאדם לאדם. לא צריך לחזור לשחק באבנים ובמקלות, אבל חייבים למצוא איזון. שאלה חשובה שצריכה להישאל היא אם הרשתות החברתיות משרתות אותנו או אם אנחנו משרתים אותן — אם אנחנו שולטים בשימוש שלנו ברשתות החברתיות ומפיקים מהן תועלת או אם השימוש שלנו בהן מופרז וגורם לנו חרדת החמצה.

(1) פוש (Push) — התראה אוטומטית שנשלחת למשתמש על ידי יישומון (אפליקציה), גם כאשר הוא אינו משתמש בו. מעובד על פי אוסלנדר, ו' (4 באוגוסט 2019). מחמצים ונהנים: הכירו את JOMO, התופעה שתשחרר אתכם מלקושש לייקים. גלובס. אוחר מ' globes.co.il.

טקסט 3

עבור מ"פומו" ל"ג'ומו" מייד, שאל אותי כיצד

ניסן שור

א לפני כמה שנים "העפתי" את הטלוויזיה מהבית. לא הוצאתי. "העפתי". אני אוהב טלוויזיה. אני חי ונושם טלוויזיה, אבל כבר לא יכולתי לסבול את נוכחותה המתמדת בחיי. כמה רעש הכניס המכשיר המהבהב והמרצד הזה לחיי! תמיד בזתי לאנשים שאחד המשפטים הראשונים שהם זורקים לאוויר הוא "אין לי טלוויזיה", כאילו הם אנשים טובים יותר. מה עושים אנשים שאינם צופים בטלוויזיה? כותבים את יצירת המופת הבאה של האנושות? הרי גם הם משחיתים את זמנם לריק. עם טלוויזיה או בלעדיה, כולנו צופים במחזה הטרגי של הימים החולפים והשגרה המדכאת. עם זאת אפשר להשתחרר גם מן הגורל האכזר הזה. גם לפסיביות יש גבול. לפעמים נוחתת עליך הארה רוחנית, ואתה מבין שזהו, זה נגמר. הטלוויזיה אינה מועילה ואינה מעניקה נחת, ידע או עונג. נהפכתי לאחד מאנשי ה"אין לי טלוויזיה", והטרטור הבלתי פוסק של המכשיר הזה בביתי נפסק לאלתר.

ב אולם הבעיה אינה רק הטלוויזיה אלא גם פייסבוק, טוויטר, אינסטגרם, ואטסאפ ואנשים שבמקום ליהנות מהופעת רוק מצלמים אותה בווידאו ומעלים את הסרטון מייד לסטורי. בעת האחרונה נחשפתי למושג "ג'ומו" (JOMO), ראשי תיבות של הביטוי joy of missing out (ההנאה שבהחמצה), שנוצר בעקבות המושג "פומו". "ג'ומו" מעיד על השלמה עם המצב הקיים, על התבגרות והתפכחות. אין מה לפחד יותר. אומנם אנו חיים רק פעם אחת, אך האם זה אומר שאנו צריכים להמשיך ולדרוף אחרי הזנב של עצמנו או להיות כמו אוגרים שרצים בתוך גלגל, ואינם מגיעים לשום מקום?

ג "ג'ומו" הוא תגובת נגד על השפעת המשתק. אין שום סיכוי שתצליחו לראות הכול או לקרוא הכול, ועיניכם לעולם לא יספיקו להתבונן באינסוף התמונות המועלות לרשת. אז למה לנסות בכלל? אולי תפסיקו כבר לרענן את דף הפייסבוק בבהלה קיומית, לקושש לייקים, לבדוק ללא הרף את הדואר האלקטרוני ואת הודעות הוואטסאפ, להיכנס שוב ושוב לאתרי אינטרנט כאילו מסתתר שם אוצר נדיר? מי שפועל על פי "ג'ומו" מזהיר: אני מחוץ למשחק. בטווח הארוך ינצח "ג'ומו" את "פומו". גם צעירים שנולדו בעידן של הצפה בתכנים, מתעייפים מן המרדף. גם הם אינם רוצים להיות אוגרים.

ד סקר שנערך בקרב מדגם מייצג של ילידי דור ה-Y⁽¹⁾, הראה ששלושה רבעים מהם מעדיפים להיות בבית במקום לצאת ולצבור חוויות חדשות. הם מבליים פחות זמן ברשתות החברתיות, אינם ממהרים לאמץ כל רשת חברתית חדשה, ובכלל הם אוהבים להיות בבית.

ה "ג'ומו" אינו רק ההנאה שבהחמצה אלא גם הידיעה שהשמיים לא ייפלו אם פספסת דבר מה. יש שירים שאיני מכיר אף על פי שיש להם מיליארדי צפיות ביוטיוב. איך אני מחמיץ חוויה ששותפים לה אנשים רבים כל כך? התשובה, במילה אחת, היא: "ג'ומו". במאה ה-21 עמוסת הגירויים — הפספוס מתבקש כל כך.

ו "ג'ומו" הוא בהחלט תגובה ראויה של צעירים שנולדו לתוך עידן של אינפלציה של תכנים, אולם גם "פומו" וגם "ג'ומו" הם ניסיון למצוא את הידיים ואת הרגליים בתוך תרבות השפע. ההצעה שלי: סגרו את פייסבוק, את האינסטגרם ואת הטוויטר, וזהו. העולם יחזור לשלוותו.

(1) דור ה-Y — בני הדור שנולדו במהלך שנות השמונים והתשעים של המאה ה-20, וגדלו לתוך ההאצה המהירה בפיתוחים הטכנולוגיים בתחום המחשב והאינטרנט.

מעובד על פי שור, נ' (12 במרץ 2019). עבור מפומו לג'ומו מייד, שאל אותי כיצד. הארץ. אוהזר מ-haaretz.co.il.

כל הבגרויות בלשון עם פתרונות מלאים: www.guyai.co.il/bagrut/lashon