

מרכז המידע למדעי החברה ולחינוך מכון הנרייטה סאלד



אסקפיזם בהיבטים חברתיים וחינוכיים

אסקפיזם

**"These moments
of escape are not
to be despised.
They come too
seldom."**

Virginia Woolf

שלום לכולם,

שפע האתגרים הקיומיים
שעומדים לפתחנו עשוי להגביר
תחושות של לחץ, אדישות, ייאוש,
מתח ועוד.

חשבנו לעניין אתכם בכמה דקות
של חסד ולהתמקד באסקפיזם.

אספנו עבורכם פריטים העוסקים
באסקפיזם, בנרטיב, בתרמילאות,
בשעות פנאי, בהתנהגות
מתמודדת, בבריחה ועוד.

אני מאחלת לכם קריאה מהנה
וחזרה מהירה לשגרה מלאה :-)
סיגלית עדני

מה בגיליון?

- + נושא אסקפיזם
- + חידושים בתאוריה ובמרכז המידע
- + זרקור על פרסומים וכלי מחקר מיוחדים
- + שירותים של מרכז המידע ומכון סאלד

מערכת

צוות מרכז מידע למדעי חברה ולחינוך,
מכון הנרייטה סאלד למדעי ההתנהגות

אסקפיזם

משבר הקורונה ממשיך לתת את אותותיו במיוחד בהיבט הכלכלי עם מאות אלפי
ישראלים מובטלים ועסקים המתקשים להתאושש.

נוסף לכך, אנחנו חווים עומסי תנועה ופקקים בכבישים על בסיס יומי, תחבורה
ציבורית שטרם חזרה לפעילות מלאה, יוקר מחיה שהפך לשגרה, משבר דיור
שמסרב להיפרד מאתנו, מערכת בריאות המשוועת לרפורמה ומשבר אקלים אחד
שנותר לו מיותם.

בתקופה זו "בריחה מהמציאות היומיומית" הינה סוג של מפלט או דרך להתמודדות
ואמצעי להסחת דעת מחד, ומאידך, הבריחה עלולה לגרום להתמכרויות ולסמא
עיניים.

הגיליון שלפניכם עוסק באסקפיזם ('בורחנות' בעברית) ומציג היבטים רגשיים
והתנהגותיים הקשורים לדרכי התמודדות עם מצבי לחץ או עם משברים בחיים.





תזאורוס



הפייסבוק שלנו:
נשמח שתעשו לנו לייק
ותעקבו אחרינו

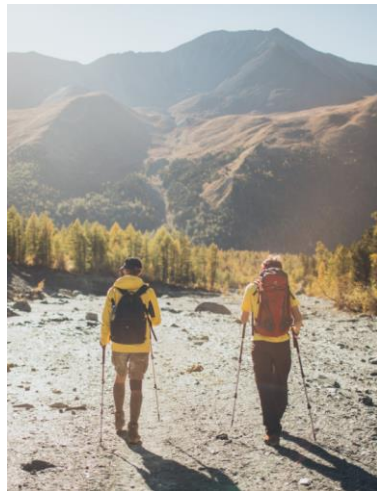


מונח: פעילויות פנאי

+ דפוסי פנאי בקרב אזרחים וותיקים בישראל

מחברות
דהן, דנה; נמרוד, גלית

מקור
דהן, ד ונמרוד, ג (2014). דפוסי פנאי בקרב אזרחים וותיקים בישראל. ירושלים: האוניברסיטה העברית, מרכז הידע לחקר הזדקנות האוכלוסייה בישראל.



מונח: תרמילאים

+ The "Flashpacker" and the "Unplugger": Cell Phone (Dis)connection and the Backpacking Experience

מחבר
Rosenberg, Hananel

מקור
Rosenberg, H (2019) The "Flashpacker" and the "Unplugger": Cell Phone (Dis)connection and the Backpacking Experience. *Mobile Media & Communication* 7(1), 111-130.

לפניכם דוגמאות לפרסומים
בטקסט מלא בנושא
אסקפיזם.



מונח: נרטיב (סיפור)

+ Political Escapism in Contemporary Israel: Lessons From David Grossman's "To the End of the Land"

מחבר
Keren, Michael

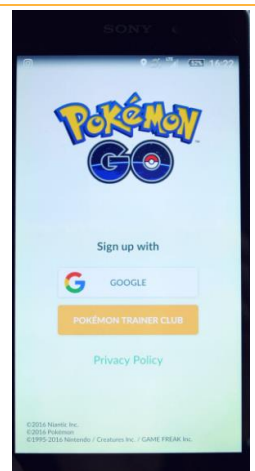
מקור
Keren, M (2015) Political Escapism in Contemporary Israel: Lessons From David Grossman's "To the End of the Land". *Journal of Modern Jewish Studies*. 14(2), 246-260.

מונח: אסקפיזם

+ The Race to Escape: Location-Based Escapism and Physical Activity as a Motivator in the Consumption of the AR Game Pokémon Go

מחבר/ת: Laor, Tal
מקור

Laor, T (2020) The Race to Escape: Location-Based Escapism and Physical Activity as a Motivator in the Consumption of the AR Game Pokémon Go. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 14(2), Art. 6



המוצרים שלנו: מאגרי מידע | סדנאות | ספרייה | Szold Out | הזמנת סקירת ספרות

שומרים על קשר: קולומביה 9, ירושלים | 02-6494463 | 054-5597926 | אימייל | אתר | פייסבוק | אינסטגרם | משו



זרקור על פרסומים

נושא: אסקפיזם במאגר הפרסומים של מכון סאלד

רקע

תופעת האסקפיזם (בורחנות), הרצון לברוח מן המציאות, נפוצה מאוד בעולם המערבי. אסקפיזם מתבטא באופנים רבים ובדפוסי התנהגות מגוונים כגון: התמכרויות למדיה דיגיטלית על צורותיה השונות, צרכנות יתר, הערצה עיוורת של סלבריטאים, שימוש באלכוהול או בסמים, בילויים ובידור. הימנעות מפוליטיקה ומאקטואליה גם עשויה להיחשב לאסקפיזם. המשותף לכל התופעות הללו הוא **הסחת הדעת** המאפשרת **בריחה ממצבים יומיומיים מלחיצים והתחמקות מהמציאות ומכאוביה**.

"אסקפיזם" נתפס גם ככינוי לתכונה מגונה. אסקפיסט הוא אחד שאינו מסוגל להתמודד עם קשיי המציאות היומיומית ובוחר להימלט לעולמות קלים ומענגים. חלק מהתופעות המאפיינות אסקפיזם יכולות להוות מקור לבעיות עם **השלכות הרסניות** על תחומים רבים של חיינו.

במאגר המידע של מכון סאלד ניתן למצוא פרסומים העוסקים בביטוייה השונים של תופעת האסקפיזם.

עיקרי הדברים

מפרסומים אלה אפשר ללמוד כי אסקפיזם נמצא כמניע מוביל לשימוש באינטרנט ועיסוק של אנשים במשחקים, כולל משחקים מקוונים.

ניתן להבחין בשני סוגים של אסקפיזם: **אסקפיזם פאסיבי ואסקפיזם אקטיבי**. אסקפיזם פסיבי מאופיין כהסתכלות בגוף שלישי. צפייה בטלוויזיה היא דוגמה עיקרית לאסקפיזם פאסיבי. לעומת זאת, אסקפיזם אקטיבי מחייב מעורבות של אדם, למשל על ידי שליטה על דמות במשחק. המשחק "פוקימון גו" הוא דוגמה לאסקפיזם אקטיבי.

במחקר נמצא שאסקפיזם משמש מפלט לתושבים הגרים באזורים של **סכסוך**. במחקרים שבדקו את השימוש במדיה ובסלולרי בעתות רגיעה ובחירום בקרב תושבים המתגוררים בעוטף עזה נמצא שימוש תדיר יותר באמצעים אלו, לסיפוק צרכים שונים בניהם לצורך אסקפיזם, לעומת הנבדקים שהתגוררו בלב הארץ.

שימוש **בסמים** הנה תופעה רווחת בקרב מטיילים ישראלים צעירים ונתפסת ע"י קובעי מדיניות לטיפול בבעיה כסימפטום של אסקפיזם.

מן הממצאים

- + טכנו' סלולריות מתפקדות כאמצעי לפעילויות אסקפיסטיות
- + אסקפיזם מהווה מפלט לתושבים באזורים של סכסוך
- + אסקפיזם כמניע עיקרי לשימוש באינטרנט ובמשחקים
- + שימוש בסמים הנה תופעה רווחת בקרב מטיילים ישראלים צעירים ונתפסת כסימפטום של אסקפיזם

מקורות

Laor, T (2020) [The Race to Escape: Location-Based Escapism and Physical Activity as a Motivator in the Consumption of the AR Game Pokémon Go](#). *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 14(2), Art. 6.

Lev-On, A & Uziel, V (2018) [Live, Visual, Social, and Mobile: Media Ecology in Emergencies and Ordinary Times](#). *Online Information Review*, 42(4), 545-558.

Bonny-Noach, H (2018) [The Evolution of Israeli Public Policy for Drug-using Backpackers](#). *Israel Journal of Health Policy Research*, 7, Art. 23.

Ariel, Y, Elishar-Malka, V, Avidar, R & Levy, E-C (2017) [Smartphone Usage among Young Israeli Adults: A Combined Quantitative and Qualitative Approach](#). *Israel Affairs*, 23(5), 2017, 970-986.

פרסומים

המוצרים שלנו: [מאגרי מידע](#) | [סדנאות](#) | [ספרייה](#) | [Szold Out](#) | [הזמנת סקירת ספרות](#)

שומרים על קשר: קולומביה 9, ירושלים | 02-6494463 | 054-5597926 | [אימייל](#) | [אתר](#) | [פייסבוק](#) | [אינסטגרם](#) | [משוב](#)



זרקור על כלי מחקר

נושא: אסקפיזם במאגר כלי המחקר של מכון סאלד

רקע

במאגר כלי המחקר ישנם שאלונים העוסקים בתחומים מגוונים הקשורים **לדרכי התמודדות עם מצבי לחץ או עם משברים בחיים**. שאלונים אחרים בודקים נטייה לבריחה מהמציאות באמצעות עיסוק בפעילויות פנאי, בידור או ספורט, שימוש במדיה, שימוש בסמים ועוד. כלי מחקר אחרים מנסים לחקור **התנהגויות הקשורות לרצון להפר את השגרה** או למצוא ריגושים, כדרך התמודדות עם קושי, או כדרך ליצירת עניין והנאה בחיים. להלן כמה דוגמאות:

לקט שאלונים

- + שאלון סגנונות התמודדות
- + שאלון דרכי התמודדות ובריחה
- + שאלון תחושת חוסן נפשי
- + שאלון חיפוש ריגושים
- + שאלון מניעים לעיסוק בספורט קבוצתי
- + שאלון דפוסי גלישה ברשת וצרכי גלישה
- + שאלון מניעים לצפייה בטלוויזיה

השאלונים יכולים לשמש חוקרים שעוסקים

בנושאים

- + דרכי התמודדות עם מצבי לחץ, משברים אישיים או מחלות
- + נטיות לחיפוש אחר ריגושים – מניעים או מאפייני אישיות
- + דפוסי גלישה ברשת, סיפוק צרכים וסכנת התמכרות למדיה
- + בריחה מהמציאות כסגנון התנהגות הימנעותי או כמשאב התמודדות
- + בחינת החוסן הנפשי על רקע אירועי חיים קשים או שינויים בחיים.

קול הנפש ברקיע וכולה כצליל בגוף: חוויית שיא טרנספורמטיבית במסיבות טראנס

מחברת: אושר מוליה-סריה, נעה

מנחה: פרופ' טייכמן, מאיר

טקסט מלא: קיים

במסגרת עבודת המחקר נערכו ראיונות חצי מובנים עם גברים ונשים שהשתתפו **במסיבות טראנס**, במטרה לנסות להבין את מאפייני החוויה.

מדריך הראיון: הועבר לגברים ונשים שהשתתפו במסיבות טראנס במשך חמש שנים או יותר. הראיון חצי מובנה וכולל 14 שאלות פתוחות.

שאלות לדוגמה

- + "מה מביא אותך ללכת למסיבות טראנס?"
- + "שתפי אותי בחוויות חיוביות ושליליות במסיבות טראנס"
- + "תאר את עוצמת חוויית ההשתתפות במסיבות טראנס בהשוואה לחוויות אחרות בחיים"
- + "מהם הגורמים אשר יוצרים חוויה זו?"

מקור

אושר מוליה-סריה, נ' (2019). קול הנפש ברקיע וכולה כצליל בגוף: חוויית שיא טרנספורמטיבית במסיבות טראנס (עבודת מ"א). תל-אביב: אוניברסיטת תל-אביב, נספח ג'.

אלחץ וילך

המוצרים שלנו: [מאגרי מידע](#) | [דנאות](#) | [ספרייה](#) | [Szold Out](#) | [הזמנת סקירת ספרות](#)

שומרים על קשר: קולומביה 9, ירושלים | 02-6494463 | 054-5597926 | [אימייל](#) | [אתר](#) | [פייסבוק](#) | [אינסטגרם](#) | [משוב](#)



חדשות מרכז המידע



מכון הנרייטה סאלד
המכון הארצי למחקר במדעי ההתנהגות



פיתוח סדנה דיגיטלית

*** חדש *** חדש *** חדש ***

לקראת עונת הסדנאות לתלמידי תיכון במגמת מדעי החברה שתחל בספטמבר אנחנו מפתחים גם סדנה דיגיטלית.

סוגי סדנאות

+ סדנה בספריית המחקר של מכון סאלד
+ סדנה דיגיטלית א-סינכרונית + סדנה דיגיטלית סינכרונית + מודל היברידי המשלב בין הדיגיטל לסדנה במכון סאלד

אנחנו מלמדים

+ עקרונות מנחים לכתיבה עבודה אקדמית
+ הפיכת שאלת מחקר לאסטרטגיית חיפוש מידע + אחזור מידע ממאגרי המידע של מכון סאלד + ארגון והערכת מידע

לתיאום סדנה

library@szold.org.il , 02-6494463

סקר שביעות רצון משירותי הספרייה

חשוב לנו להיות טובים יותר וללמוד מקרוב אחר הצרכים של מבקרי ספריית המחקר של מכון סאלד. לשם כך הכנו סקר שביעות רצון משירותי הספרייה.

נשמח שתמלאו את [הסקר](#) <<

תודה רבה על שיתוף הפעולה :-)

פרסומי מכון סאלד

*** טקסט מלא *** טקסט מלא ***

אנחנו שמחות לשתף שכל פרסומי מכון סאלד נמצאים באופן בלעדי בטקסט מלא במאגרי המידע למדעי החברה ולחינוך של מכון סאלד.

אתם מנויים למאגרי המידע? נהדר! פשוט תחפשו את הכותר של הפרסום במנוע החיפוש. אתם לא מנויים? ניתן לרכוש מנוי יומי בעלות סמלית של 20 ש"ח ל- 24 שעות ולאחר את הפרסומים.

*** טקסט מלא *** טקסט מלא ***

הספרייה נפתחה

ספריית המחקר למדעי החברה ולחינוך של מרכז המידע נפתחה בשעה טובה ב- 01/06/2020 🎉 הספרייה פועלת בהתאם לדרישות משרד הבריאות ולתו הסגול.

סטודנטיות וסטודנטים, מחפשים מקום ללמוד בו לקראת המבחנים? אנחנו כאן בשבילכם. Good Luck!

בספרייה של מרכז המידע במכון סאלד מחכים לכם מרחבי למידה יפים ושקטים, WIFI חופשי, אינטרנט חופשי, מחשבים חדישים, פופים מפנקים ועזרה מדהימה מצוות הספרייה.

מחכות לכם ♥♥♥♥♥♥♥♥

המוצרים שלנו: [מאגרי מידע](#) | [סדנאות](#) | [ספרייה](#) | [Szold Out](#) | [הזמנת סקירת ספרות](#)

שומרים על קשר: קולומביה 9, ירושלים | 02-6494463 | 054-5597926 | [אימייל](#) | [אתר](#) | [פייסבוק](#) | [אינסטגרם](#) | [משוּב](#)



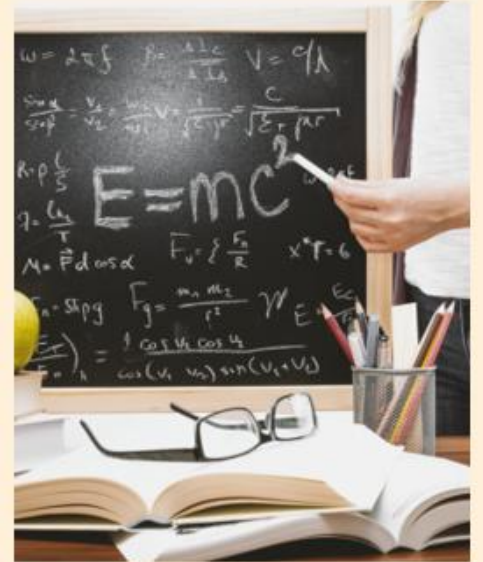
אנחנו כאן לשירותכם



מרכז תרבות
מרכז משאבים וספרייה



סדנאות וימי עיון
לתלמידים, למורים ולסטודנטים



מאגרי מידע
פרסומים וכלי חקר



Facebook
נשמח שתעשו לנו לייק



WhatsApp
054-5597926



Szold Out
הפרסומים יחכו לכם בדלפק היעץ



שומרים על קשר: קולומביה 9, ירושלים | 02-6494463 | 054-5597926 | [אימייל](#) | [אתר](#) | [פייסבוק](#) | [אינסטגרם](#) | [משוב](#)