

## **אפליקציית "ביחד" - אפליקציה ייחודית לילדים ונוער לחשיפת מצוקה אישית**

אביבית דולב וד"ר שרית אלקלעי

אפליקציית "ביחד" היא אפליקציה ייחודית לילדים ונוער שפותחה ע"י פסיכולוגיות חינוכיות מומחיות, ומופעלת על ידי אנשי טיפול מנוסים.

האפליקציה מאפשרת לילדים ונוער לחלוק באופן פשוט וידידותי מצוקות יום-יומיות ומצוקות חריפות יותר "בשפה שלהם" - באופן דיגיטלי המוכר להם, בעיתוי שהם בוחרים ומכל מקום בו הם נמצאים.

האפליקציה כוללת יכולות מגוונות בהן מילוי יומן רגשי (ע"י בחירה בין פרצופים המתארים רגשות שונים), כתיבת פוסטים לגביהם מחליטים הילדים/נוער האם יהיו גלויים לפסיכולוג בלבד או גם לילדים הנוספים המשתמשים באפליקציה, התכתבות און-ליין עם פסיכולוג (צ'אט) ועוד. בנוסף, המערכת מתפקדת כ"רשת בטחון" רגשית שהילד נושא איתו תמיד, שכן בתוך המערכת קיים "כפתור אדום" המשמש לחצן מצוקה ומודיע מיידית להורה ולפסיכולוג בעת לחיצה. ההצטרפות לאפליקציה כפופה לאישור ההורים.