

2022
את.ה לא לבד

רוחות של שינוי

ערב התרמה
למרכז סיוע לנפגעות ולנפגעי
תקיפה מינית תל-אביב

מרכז סיוע
לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית
תל-אביב

תודה

לעפרה גנור על עזרתה הרבה למרכז לאורך השנה. תודה מיוחדת לכל המתנדבות והמתנדבים ולצוות מרכז הסיוע על העזרה הרבה בהפקת הערב. תודה לכל מי שלקחו חלק בכתיבת חוברת זו. תודה לאורנה איילון על עיצוב החוברת.

תוכניה

קוקטייל 20:00

פתיחה והנחייה - אורנה בנאי 21:00

עדות - צ'

מנכ"לית מרכז הסיוע - מרים שלר

עדות - שריתה מיה מרמוט

מופע ההתרמה השנתי

דודו טסה, אביתר בנאי ונינט טייב



אלטשולר שחם
בית השקעות
לחדש • לשנות • להצליח

הערב בחסות:



על המרכז מרים שלר*

44 שנים חלפו מאז הוקם מרכז הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית תל אביב, הראשון מסוגו בארץ. בתקופה שבה תופעת האלימות המינית עוד היתה מושתקת וסיפורי הפגיעה נשמרו בסוד, מרכז הסיוע הוקם במטרה להציע אזור קשבת, הכרה בפגיעה ותמיכה לכל אישה, וברבות הימים גם לכל גבר, שנפגעו מינית. מאז ועד היום ממשיך המרכז לפעול למען הנפגעות והנפגעים תחת הסיסמה 'את/ה לא לבד' ומציע סיוע, תמיכה וליווי בהתמודדות הקשה והמורכבת עם השלכות הפגיעה.

שנתיים מפרוץ מגפת הקורונה, אנחנו עדות ועדים להשפעתה הקשה של המגפה על נפגעות ונפגעי תקיפה מינית. בכל גל של קורונה, סגרים ובידודים, הנפגעות והנפגעים שכחלק מתהליך ההתמודדות עם הפגיעה מנסים להשיב את השליטה שנלקחה מהם בכוח, מצאו עצמם במאבק מתמיד מול חוסר וודאות וחוסר שליטה אל מול המציאות המשתנה תדיר. פעמים רבות אותם נפגעות ונפגעים נאלצו להיות מבודדים וסגורים בבתיים אלימים ולא בטוחים, כשעמותות וארגוני רווחה קרסו מעומס, או נסגרו בשל המשבר הכלכלי שהגיע עם המגפה. בכל פעם שחשבנו שהקורונה מאחורינו החל גל חדש, שהרעיד את הקרקע והגביר את תחושת חוסר הוודאות ואיבוד השליטה.

בתוך המציאות ההפכפכה הזו, מרכז הסיוע שם לעצמו למטרה להמשיך ולהיות מקור תמיכה משמעותי עבור הפונות והפונים ולהמשיך לפעול בכל החזיתות למען חברה בריאה וצודקת יותר. בזכות המתנדבות והמתנדבים שלנו וחברות וחברי הצוות שעובדים במרכז, הצלחנו להרחיב את המענים והפעילות שלנו ולהיות שם עבור הפונות והפונים שלנו ובשביל כל גוף וארגון שהיה זקוק לשירותים שלנו, גם במציאות של חוסר וודאות ושל מציאות משתנה.

השנה האחרונה התאפיינה גם בריבוי של מקרי תקיפה מינית שיצאו לתקשורת: רופאים בכירים, תלמידי תיכון, אנשי ונשות חינוך, אנשים בעלי תפקידי מפתח בארגונים ציבוריים, חברתיים ובסקטור הפרטי. כמו כן, היינו עדות ועדים להתעוררות וחשיפת פגיעות מיניות בקרב המגזר הדתי והחרדי ובקרב הקהילה הלהט"בית. כפי שידוע לנו היטב מהעבודה היומיומית שלנו והופך להיות יותר ויותר ברור גם לכלל הציבור, התופעה של פגיעות מיניות היא חוצת מגזרים, קהלים ומגדרים.

הידיעות שמגיעות לתקשורת הן קצה קצהו של הקרחון. רוב המקרים

שאנחנו נתקלים בהם בעשייה היומיומית שלנו במרכז הסיוע לעולם לא יגיעו לתקשורת, אבל הם לא פחות קשים וכואבים. בחברה של ימינו אחת מכל שלוש נשים תעבור תקיפה מינית במהלך חייה, אחת מכל חמש נשים תעבור אונס ואחת מכל שישה גברים יעבור תקיפה מינית. כל מקרה שמגיע לידיעת הציבור מהווה טריגר עבור נפגעות ונפגעים נוספים וגורר אחריו עלייה גדולה בפניות לקווים ולערוצי הסיוע השונים שלנו במרכז. רק בשנת 2021 קבלנו 12,000 פניות לקווי הסיוע, כמויות הפניות לקו הגברים עלתה בחלק מהחודשים ב-100%, כמויות הבקשות לליוויים בהליך הפלילי עלתה פי שניים והעבודה במחלקת החינוך הוכפלה פי ארבע. כדי להמשיך ולהיות מקור של תמיכה עבור נפגעות ונפגעי תקיפה מינית וכדי להמשיך ולהאבק בתופעה של פגיעות מיניות, מרכז הסיוע פועל בשלושה אפיקים מרכזיים: סיוע, ליווי ותמיכה; חינוך והסברה; סינגור.

סיוע, ליווי ותמיכה

מרכז סיוע ת"א נותן מענה טלפוני 24 שעות ביממה, שבעה ימים בשבוע, באמצעות שלושה קווי סיוע: קו נשים, קו גברים וקו לגברים דתיים וחרדים. שני קווי הגברים הם בפריסה ארצית, יחידים מסוגם בארץ ומטרתם לתת מענה מותאם מתוך רגישות לצרכים ולקשיים הייחודיים שגברים נפגעי תקיפה מינית מתמודדים אתם.

את קווי הסיוע יכול המרכז להפעיל בזכות המתנדבות והמתנדבים שעברו הכשרה ממושכת ומקיפה בנושא. המתנדבות והמתנדבים בקווים מציעים סיוע תומך ומעצים, המבוסס על הקשבה מכבדת, במרחב בטוח, אמפתי ונטול שיפוטיות, בו מאמינות לפונה, מקבלים את דבריו/ה ומעניקים מידע חיוני על פי הצורך. כל זאת תוך רגישות והתייחסות לרצונות וצרכי הפונה, כשהפניה היא אנונימית לחלוטין ולא נדרשת הזדהות.

בנוסף לסיוע בקווים מתקיימות פגישות אישיות המכוונות גם הן לתת סיוע, תמיכה ומידע. פגישות אלו מתקיימות בעת הצורך ובהתאם לבקשת הנפגעות/ים והמעגלים הקרובים להם/ן. פונות ופונים המעוניינות/ים בכך, יכולים לקבל ליווי לבדיקות רפואיות הקשורות לפגיעה, ובמקרה של הגשת תלונה, מלוות/ים למשטרה, לפרקליטות ולבית-משפט. כידוע, לא פעם הליכים משפטיים עלולים להתפרש על פני שנים, ולאורך כל הדרך, מרכז הסיוע נמצא שם ומלווה את ההליך. השנה ליווינו מאות נפגעות ונפגעים למשטרה, לפרקליטות, לבית המשפט ובהליכים משפטיים נוספים.

מצבים סיכונים ומציעה אלטרנטיבה למיניות בטוחה ומכבדת. הסדנאות וההכשרות שלנו פונות למגוון רחב של קהלים, ביניהם: נשות ואנשי חינוך, משטרה, פרקליטות, שופטים/ות, נשות ואנשי טיפול, רופאים/ות, צוותים סיעודיים, מיילדות, נשות ואנשי צבא, מנהיגים/ות רוחניים, מדריכות כלה, ארגונים חברתיים, חברות עסקיות ועוד.

מדי שנה מקיים המרכז מעל 2,500 סדנאות בחטיבות ביניים, בבתי-ספר תיכוניים ובמסגרות חינוכיות בלתי פורמאליות, במסגרות עבור נוער בסיכון ועבור צוותים חינוכיים. עבור רוב הנערים והנערות זו הזדמנות ראשונה לקיים שיח בנושא של מיניות בכלל ותקיפה מינית בפרט, לקבל מידע אודות התופעה והשלכותיה וללמוד על כלים למניעת תקיפה מינית ולהתמודדות עם פגיעה. שיח על מיניות בטוחה כבר בגילאים אלו, וכן איתור הפגיעה מוקדם ככל הניתן, הינם קריטיים להחלמה אישית וחברתית. מכאן החשיבות העצומה להעלאת מודעות לנושא בקרב נוער ואנשי חינוך.

הסדנאות מציעות לתלמידות ולתלמידים להסתייע בשירותי המרכז במקרה של תקיפה מינית שהם או חברותיהן/חבריהם חוו, ואכן, אחרי סדנאות רבות מתקבלות במרכז פניות מבנות ובני נוער שקודם לכן לא מצאו ערוץ לשתף בחוויות הקשות שעברו.

בשנת 2021, לאור מקרי פגיעה שהתרחשו בבתי ספר שונים ובקרב נוער, הובלנו תהליכים ושיח עם הורים, צוותים חינוכיים ותלמידות.י. כמו כן, המשכנו לפתח תכנים ומערכי שיעור עבור הצוותים החינוכיים. בנוסף, לאור דרישה שהגיעה מהשטח, פתחנו סדנאות גם עבור ילדות וילדים צעירים יותר והתחלנו להעביר סדנאות גם בבתי ספר יסודיים. בנוסף, ממשיך המרכז לקיים ליזוי של קהילות, הכולל בניית אמנה המותאמת לאופי הקהילה ותפיסת עולמה, וכן, ייעוץ וליזוי בשעת משבר.

הפעילות שלנו בתחום מניעת הטרדה מינית במקומות עבודה ממשיכה להתרחב והשנה העברנו מעל 500 ימי עיון והכשרות בארגונים. אנחנו מקיימות ומקיימים הכשרות לממונות על הטרדות מיניות והכשרות לדרג ההנהלה, וכן, מלוות ארגונים ביצירת תקנון ונוהל למניעת הטרדות מיניות. כמו כן, אנחנו מלוות ומלוות ארגונים ונפגעות/ים במקרים של הטרדה מינית בתוך הארגון. בחודשים האחרונים הכנסנו והפעלנו לומדה של מרכז הסיוע בעברית ובאנגלית במספר מוסדות אקדמיים, ארגונים, מקומות עבודה ועיריות באזור גוש דן.

המרכז פועל במטרה להשפיע גם ברמה המערכתית ולייעל את ההליך הבריורקטי עבור נפגעות ונפגעי תקיפה מינית אל מול ביטוח לאומי.

בנוסף, המרכז מקיים קבוצות תמיכה מגוונות המותאמות באופן ספציפי לצרכים השונים של הפונות והפונים שלנו, ומגייס כסף עבור סבסוד טיפול נפשי לנפגעות ולנפגעים, אשר ידם אינה משגת ושלא פעם הוא בגדר מציל חיים, פשוטו כמשמעו. בין הקבוצות שהמרכז מפעיל: קבוצה למתמודדות עם פוסט טראומה מורכבת (CPTSD), קבוצה לאימהות של נפגעות, קבוצה לגברים נפגעי תקיפה מינית, קבוצה לגברים הומוסקסואלים שנפגעו מינית, קבוצות לאסירות נפגעות טראומה מינית בנווה תרצה, קבוצה ביחידה להתמכרות ברוטשילד ועוד.

קבוצות התמיכה מהוות מרחב בטוח בו אפשר לעבד את הטראומה המינית והשלכותיה הנפשיות-חברתיות בעזרת אנשים המתמודדים עם קשיים דומים. הקבוצות מאפשרות לדבר על הפגיעה במרחב בטוח ולתמוך אשמה ובושה, לקבל תוקף לתחושות ולרגשות בעקבות הפגיעה ולהפיג במעט את הבדידות האיומה הנלווית לפגיעה המינית. התהליך הקבוצתי מסייע בשיפור מיומנויות בינאישיות שנפגעו בגלל הטראומה המינית כמו מתן אמון, יצירת קשרים אינטימיים, יכולת להכיל את סיפור הפגיעה ועוד. הקבוצה מחזירה את תחושת השליטה ומעצימה את המשתתפות והמשתתפים בעצם האפשרות להיעזר בקבוצה מחד, ולעזור לאחרים מאידך.

מרכזי הסיוע הינם הכתובת הכוללנית היחידה עבור נפגעות ונפגעים, שכן לצערנו, אף גורם ממשלתי או ציבורי אחר אינו מציע מענה מקיף הכולל את כל מגוון השירותים לו הם זקוקים כדי להתמודד עם השלכות הפגיעה. המרכזים משמשים כתובת לא רק לנפגעות/ים עצמם, אלא גם לבני משפחה ואנשים מסביבתם הקרובה של נפגעות ונפגעים, במטרה לסייע להם להתמודד עם הטראומה המשנית שהם חוות וחווים כתוצאה מחשיפה לאדם שנפגע.

בנוסף, המרכז מציע גם ליזוי וסיוע ארוכי טווח הכוללים גם 'ניהול מקרה'. פונה יכול/ה להיות מלווה על ידי מרכז הסיוע בבירורים ועזרה בהתנהלות מול רשויות הרווחה, הבריאות, בריאות הנפש, ביטוח לאומי ועוד במטרה לסייע במיצוי הזכויות ולהקל על שגרת החיים המורכבת גם ככה של הפונה.

חינוך והסברה

בשנים האחרונות התרחבה פעילות המרכז והוא הפך כתובת מקצועית עבור גורמים רבים שנמצאים במגע יומיומי עם נפגעות ונפגעי תקיפה מינית מתוקף תפקידם. במקביל, המרכז פועל לשיפור השירותים הניתנים לנפגעות ולנפגעים על ידי אנשי מקצוע ושירותי רווחה. כמו כן, המרכז מקיים פעילות חינוכית-מניעתית רחבה, המעניקה כלים לזיהוי

הכשרות שלנו עבור הצוותים המקצועיים בבטל"א עוזרים להעמיק את ההבנה לגבי השלכות הטראומה המינית ומעניקים כלים לעבודה ותקשורת אמפטית אל מול הנפגעות והנפגעים. בשנת 2021 קיימנו מספר שיתופי פעולה עם בטל"א, ביניהן הכשרת מטפלות ומטפלים של תוכנית "ידיד נפש" של סל השיקום, תוכנית הכשרה למיזם "בדרך" שעוזר לנפגעות תקיפה מינית לחזור לשוק העבודה והכשרות וסדנאות לכל הדרגים של המערך השיקומי בבטל"א. כתוצאה מהפרויקטים האלה אנחנו עדות ועדים לשינויים מרחיקי לכת בקרב התרבות הארגונית של המוסדות הציבוריים כלפי נפגעות ונפגעי תקיפה מינית.

כמו כן, אנחנו פועלות ופועלים גם במרחבים של תרבות הבילוי והפנאי במסגרת תוכנית "לילה טוב" שמטרתה ליצור מרחבים בטוחים יותר ולצמצם את שיעור הפגיעות המיניות בקרב המבלות/ים והנפשות/ים. אחרי שנתיים של קפאון כמעט מוחלט בתחום הבילוי והפנאי, אנחנו שמחות ושמחים לבשר כי בחודשים האחרונים עבדנו בשיתוף פעולה עם עיריית ת"א והשקנו את קמפיין "לילה טוב ת"א-יפו" שמטרתו לעודד בתי עסק בעיר להצטרף ליוזמה. כשהיוזמה החלה את דרכה היא פנתה לבתי עסק בתחום חיי הלילה. לאחרונה, הרחבנו את הפעילות שלנו ולשמחתנו אנחנו עורכים פיילוט גם בתחום המלונאות. עד כה הצטרפו אלינו כבר 70 בתי עסק והיד עוד נטויה.

באוקטובר 2021 פתחנו בהתרגשות רבה את התוכנית לפסיכותרפיה פסיכודינמית לטיפול בטראומה מינית, בשיתוף עם אוניברסיטת בר-אילן ולראשונה קבלנו מאיגוד הפסיכותרפיה אישור על כך שהתוכנית מוכרת בהכשרת פסיכותרפיסטים. בראש התוכנית עומדת הפסיכולוגית נעמה בר שדה ומלמדים בה מיטב המרצות והמרצים בתחום הטיפול והטיפול בטראומה. הלימודים מתקיימים במרכז הסיוע מתוך רצון לחבר את המשתתפות.ים למרכז ולפועלו ויצרת חיבור חשוב בין תחום הטיפול לאידאולוגיה פמיניסטית.

בנוסף, פועל המרכז בקרב האוכלוסייה הדתית והחרדית, תוך שיתוף פעולה הדוק עם גורמים שונים בריכוזי אוכלוסייה דתית. מדובר בקורסים ייחודיים שנבנו בהתאם לקודים המקובלים בחברות אלו. הקורסים מועברים למטפלות, יועצות, מדריכות כלה, בלניות וגורמים רלוונטיים נוספים בקהילה, בשיתוף עם מוסדות מוכרים כמו המדרשה בבר אילן וחב"ד. השנה נחשפו בפומבי מקרים של פגיעות מיניות שעל-פי העדויות בוצעו על ידי אישים ידועים ובכירים במגזר החרדי. חשיפת המקרים יצרה הד עצום בקרב המרחבים הדתיים והחרדים. הנושא של פגיעות מיניות עלה לסדר

היום בקרב הקהילות כפי שלא עלה מעולם. אנחנו ליוונו ועודנו מלווים את הקהילות בתוך המגזר החרדי, תוך הסברה וייצוג של הנפגעות והנפגעים.

גם בקרב הקהילה הלהט"בית החל תהליך משמעותי של #METOO. שיתוף הפעולה שלנו עם הקהילה הגאה החל עוד לפני ההתעוררות הנוכחית במספר יוזמות משותפות, ביניהן סדרת הרצאות בנושא פגיעה מינית בקרב הקהילה ותהליך עומק עם מנהלי ארגוני הקהילה בנושא פגיעה מינית בקהילה הלהט"בית. מאז נובמבר 2021 וחשיפת הפגיעות המיניות על ידי בכירים בקהילה הגאה, אנחנו עובדות ועובדים עם האגודה למען הלהט"ב על קמפיין "לשתי - משנה מציאות" ומעבירים הכשרות לצוות ולמתנדבי קו הקשב "יש עם מי לדבר" של האגודה. בנוסף, אנחנו שותפות ושותפים בצוות היגוי לצמצום תופעת המין בתשלום בקהילת הלהט"ב.

סינגור

סינגור משמעו פעילות למען שיפור הטיפול בנפגעות/ים על ידי שינויים במדיניות, בנהלים ובתחומי הפעילות השונים של גורמים ממסדיים, ובהם, מערכת החינוך, הרווחה, הבריאות ואכיפת החוק. למרות ממדיה וחומרתה של תופעת התקיפה המינית, רוב הנפגעות והנפגעים עדיין נמנעים מלספר, לדווח ולהתלונן על הפגיעה שעברו.

תחושות הבדידות, הבושה והניתוק מהחברה הן על פי רוב חלק בלתי נפרד מפגיעה מינית. כאמור, אחת הסיבות המשמעותיות לכך היא היחס השיפוטי של החברה כלפי הנפגעות והנפגעים. פחות מ-17% מקרב הנפגעות הפונות למרכז בוחרות להגיש תלונה במשטרה, ומיעוט קטן אף יותר מקרב הנפגעים הגברים. מתוך כלל התלונות למשטרה, כ-86% מהתיקים נסגרים ללא הגשת כתב אישום. מתוך מודעות לקשיים ולאי הוודאות הצפויים לנפגעות ולנפגעים הפונים לעזרת החוק, הכשיר מרכז הסיוע מתנדבות ומתנדבים לליווי הנפגע/ת לאורך ההליך המשפטי, הן הפלילי והן האזרחי.

במהלך השנה האחרונה ליוונו מאות נפגעות/ים להגשת תלונה במשטרה ולמתן עדות בבית המשפט. חלק נכבד מעבודה זו מוקדש ליידוע הפונה מראש על ההליכים הצפויים לה/ו בחוק, ועל עדכון שוטף של הפונה לגבי מצב התלונה במשטרה ובבית המשפט.

בנוסף, השנה המשיך המרכז לקיים הכשרות וקבוצות הדרכה לפרקליטות/ים ולשוטרים/ות. המטרה היא להכיר לאנשי אכיפת החוק את עולם התוכן של פגיעה מינית, לתווך את הפערים בין שפת הטראומה לבין שפת החוק ולהקנות כלים מותאמים. זאת כדי לאפשר הליך פלילי

מיטיב יותר, קשוב, אמפטי, מקצועי והוגן כלפי נפגעות/ים, וכפועל יוצא גם חקירה איכותית ואיסוף ראיות יעילים יותר.

כאמור, אחת מהמטרות העיקריות של המרכז היא הובלת שינוי חברתי בתחום. יחד עם איגוד מרכזי הסיוע, ויתר שמונת מרכזי הסיוע הפזורים בארץ, אנחנו פועלות ופועלים באינטנסיביות מול המערכת המשפטית, המשטרה, משרדי הרווחה, החינוך והבריאות, לקידום טיפול מערכתי באלימות מינית.

המרכז פועל בשותפות עם ארגונים פמיניסטיים וחברתיים רבים, במטרה לקדם מאבקים לשינוי חברתי, ביניהם הובלת מאבק רחב היקף נגד תרבות האונס היוצרת את התשתית החברתית המאפשרת תקיפות מיניות. כמו כן, המרכז פועל באופן נרחב להעלאת מודעות לתופעה המוסתקת של פגיעה מינית בגברים והשלכותיה הייחודיות.

פרויקט התייעוד שלנו המשיך גם הוא לפעול ולאפשר לנפגעות ונפגעים לתעד את סיפור הפגיעה האישי שלהם. הפרויקט כולל תיעוד אודיו-ויזואלי של עדויות אישיות ומטרתו להתיר את קשר השתיקה סביב הפגיעה, לאפשר לנפגעות והנפגעים להשמיע את קולם ולשתף בסיפוריהם בתוך מרחב בטוח. דחייה ושיפוט הן תגובות רווחות לסיפורים של תקיפה מינית. לכן, מתן עדות במרחב בטוח ומכיל היא חוויה מתקנת בה הצד המאזין מקבל, קשוב ומאמת את חווית הפגיעה. כדי להבטיח בעלות של הנפגעות והנפגעים על הסיפורים שלהם, כל נפגע/ת מחליט/ה למה תשמש העדות, בין אם לשימוש אישי, להפקדה בארכיון בכספת נעולה, או לצרכי חינוך, מחקר ומודעות ציבורית.

לסיום, המשיכו להרחיב ולפתח את הפעילות שלנו בתחום הדוברות והנוכחות במדיה החברתית. אין ספק בנוגע לחשיבות של נוכחות והשמעת קול במרחבים אלו, לבטח כארגון מרכזי ומשמעותי בשיח הציבורי אודות אלימות מינית וסיוע לנפגעות/ים.

רוחות של שינוי

בחוברת השנה בחרנו להתמקד בחידושים הקיימים בפעילות שלנו, במקביל לשינויים שעוברים על החברה. מרכזי סיוע, ומרכז סיוע ת"א בפרט, עמדו מאז ומתמיד בראש המחנה, סייעו לנפגעות ונפגעים והתעקשו לעורר את מודעות הציבור לתופעה של פגיעות מיניות.

השנים האחרונות הביאו עמן רוחות של שינוי, כאשר יותר ויותר אנשים מודעים לתופעה של פגיעות מיניות. שיח שפעם היה בשוליים ונחשב להזוי, הפך לנחלת הכלל. לאור המודעות החברתית ההולכת ומתרחבת לתופעה של פגיעות מיניות, כך גם יותר ויותר ארגונים, קהילות ומגזרים

נכונים לצרוך את התכנים שלנו ולקיים איתנו שיתופי פעולה. ההיכרות המעמיקה ורבת השנים שלנו עם השטח, מאפשרת לנו לפתח תוכניות מותאמות כמעט לכל ארגון, קהילה ומגזר.

העשייה הרבה עבור הפונות והפונים שלנו ועבור הגופים והארגונים שעובדים איתנו ונעזרים בנו מדי יום, לא הייתה מתאפשרת ללא המסירות וההשקעה העצומה של המתנדבות והמתנדבים הנפלאים שלנו שעוזרים לנו ליצוק תוכן בסיסמה: "את/ה לא לבד".

אנחנו מסיימות ומסיימים את השנה הזו בתחושה של סיפוק, אך גם מתוך הבנה שעבודה רבה עוד לפנינו; תפיסות חברתיות אמנם משתנות במהלך השנים, אך הן עדיין שבריריות ונתונות לאיום, כשמולן ניצבות תרבות ומערכות שלמות שמאפשרות לפגיעות מיניות להתקיים בשיעורים מפלצתיים. פגיעה מינית עודנה תופעה מושתקת ואצבע מאשימה עדיין מופנית פעמים רבות כלפי הנפגעות והנפגעים ולא כלפי הפוגעים. שינוי חברתי הוא מרוץ למרחקים ארוכים.

44 שנה אנחנו נאבקות ונאבקים כדי לשנות את המציאות, תוך כדי הבנה ששינויים גדולים קורים לאט ובצעדים קטנים. לכל אורך הדרך אנחנו פועלות. ימים ומשפיעות. ימים בשתי רמות: ברמת המיקרו עבור כל פונה ופונה, וברמת המקרו אל מול ארגונים, מוסדות ומערכות.

אנחנו שמחות על כל שינוי, אפילו קטן, אבל בו בזמן נשארות עם יד על הדופק מתוך הבנה שכוחות רבים וגדולים מנסים לשמר את המציאות הקיימת, גם אם באופן מסווה. אנחנו כאן כדי להמשיך ולהיאבק בתופעה הנפשעת של פגיעות מיניות ולהיות כתובת עבור כל נפגע/ת.

תודות:

בראש ובראשונה תודה מקרב לב לפונות ולפונים שלנו, שנותרים בנו אמון וסומכים עלינו ברגעים הקשים והרגישים של חשיפת הסיפור ושברית השתיקה. תודה גדולה לחברות וחברי הצוות, למתנדבות ולמתנדבים, לנשות ואנשי הטיפול הפועלים במקצועיות, במסירות ובמחויבות אינסופית. תודה גדולה לכם, התורמות והתורמים, הקרנות, החברות והאנשים הפרטיים, הגופים הממשלתיים והעירוניים שמאפשרים את העשייה הענפה של מרכז הסיוע.

תודה לדודו טסה, לאביתר בנאי ולנינט טייב על ההתגייסות ותודה לכל האנשים והארגונים ששותפים למאבק באלימות המינית ופועלים לשינוי פני החברה, במטרה להפוך אותה להוגנת, שוויונית וצודקת יותר.

*מנכ"לית מרכז סיוע תל אביב

הסיפור של המרכז

רחל אנגלנדר*

כשאנשים שואלים אותי מה התפקיד שלי במרכז סיוע, אני בדרך כלל עונה שאני כאן כדי לספר את הסיפור של המרכז. אני מקשיבה לסיפור הזה קרוב לעשור, מהיום בו התחלתי להתנדב במרכז.

אולי כבר שמעתם איך הכל התחיל. קבוצה קטנה של נשים שמעו על הטרגדיה של סטודנטית באוניברסיטת תל אביב שנאנסה בדרכה חזרה מן הקמפוס לביתה. באומץ רב היא בחרה להתלונן במשטרה, אבל ההתגובות הקשות שספגה שם, ההאשמה, הזלזול וההתעלמות, גרמו לה לחוש שנאנסה בשנית ועומק הפגיעה היה קשה מנשוא עבודה, עד כדי כך שהיא שמה קץ לחייה.

קבוצת הנשים החליטה לתרגם את הזעם והתסכול לפעולה. הן הקימו את קו הסיוע הראשון בארץ לנפגעות תקיפה מינית ואיישו אותו במשמרות של שבוע שלם, מהבית שלהן. הן זכו לזלזול ולהתעלמות מצד אנשים שהאמינו שתופעת האלימות המינית בישראל היא זניחה ושולית, שקו הסיוע לנפגעות מיותר.

הן המשיכו לפעול גם כשהתגלו היקפי הפגיעה והכאב שהסתתרו מתחת לפני השטח, והתחוויר לכולם שהתופעה רחבה ושכיחה מעבר לכל מה שחשבו. מהר מאוד הן הבינו שעליהן להגדיל את הפעילות כדי שיוכלו לתת מענה מיטבי לפונות הרבות שיצרו קשר, הן גייסו מתנדבות נוספות ושכרו נשות מקצוע שינהלו את הפעילות השוטפת של המרכז.

הסיפור של המרכז הוא הסיפור של קו סיוע שממשיך לפעול 24 שעות ביממה, 7 ימים בשבוע, 365 ימים בשנה, מאז 1978. ב-44 השנים שחלפו אלפי מתנדבות ומתנדבים נתנו מענה למאות אלפי שיחות סיוע. אחת מאותן חלוצות שהקימו את המרכז היא אסתר עילם, שגם היום ממשיכה לאייש את קו הסיוע לילה אחד בשבוע.

זה סיפור על מחויבות עצומה, ועל היכולת להפוך את תחושת חוסר האונים והכאב הנורא לפעולה שמצילה חיים. בשנה החולפת מרכז הסיוע נתן מענה למעל 12,000 שיחות סיוע בשלושת הקווים שהמרכז מפעיל: לנשים, לגברים ולגברים דתיים וחרדיים.

זה סיפור על תושייה, גמישות ויצירתיות שייצרו פתרונות יש מאין לנוכח

אינספור בעיות ואתגרים. נפגעות ונפגעים רבים אמנם נעזרו בקו, אבל נאלצו לשרוד את הטראומה ולנסות להשתקם בהיעדר מענים מתאימים, לא פעם לבד מול הרשויות והבירוקרטיה, במצבים קשים מנשוא.

הצוות, ביחד עם המתנדבות והמתנדבים, זיהו את הצרכים השונים ופעלו כדי למצוא פתרונות. המרכז הקים קבוצות תמיכה; נפתחה מחלקה לליווי למשטרה, לפרקליטות ולבתי חולים, ולאחרונה גם לוועדות בביטוח לאומי. זה אחד מעמודי התווך של הסיוע - לזהות את הצורך, ולתת מענה בהתאם. הסיפור של המרכז הוא סיפור על היום שאחרי.

זה סיפור על היכולת לראות את המציאות של היום, ולחשוב איך היינו רוצים ורוצים שהיא תראה מחר, בעוד שנה, בעוד עשור. הפעילות החינוכית של המרכז כוללת הכשרות לצוותים מקצועיים, לצד סדנאות מניעה לבני נוער. לאורך השנים המרכז הכשיר אלפי נשות ואנשי מקצוע שבאים במגע עם נפגעות ונפגעי טראומה מינית, בהם צוותי רפואה וסיעוד, בריאות הנפש, רווחה, חינוך, משטרה ופרקליטות - במטרה לסייע להם לתת מענה מושכל, מותאם ורגיש לנפגעות ולנפגעים ולמעגלים הסובבים אותם. לצידם, עשרות אלפי בני ובנות נוער במערכת החינוך הפורמלית והבלתי פורמלית קיבלו כלים שיסייעו להם לנהל מערכות יחסים מיטיבות ולהתמודד עם מצבי סיכון ופגיעה מינית. מנושא שפעם נחשב שנוי במחלוקת, הפכו המסרים החינוכיים שלנו לחלק אינטגרלי מתוכנית הלימודים הממלכתית.

זה סיפור על ההבנה שכדי להתמודד עם התופעה הכל כך סבוכה ומורכבת שנקראת אלימות מינית צריך פתרונות רב מידיים, שנותנים מענה ברמת הפרט ויחד עם זאת פועלים כל הזמן גם ברמת החברה. המרכז מלווה כל פונה ופונה לפי הצרכים הייחודיים לה או לו, ובמקביל פועל ללא הרף כדי לשנות את הלכי הרוח והנורמות הקשורות באלימות מינית, כדי ליצור פה חברה בטוחה יותר.

לצד כל אלה, הסיפור של המרכז הוא גם סיפור על בקלאש. למרות הדרך הארוכה כל כך שעברנו, והשינוי העצום שחל בחברה הישראלית ובעולם כולו, הפונות והפונים שלנו עדיין נאלצים להתמודד עם כאב עצום, ולא פעם עם תגובות פוגעניות, מאשימות ומכחישות. לא אחת האצבע

בלילה אדווה

מימים טובים את נבהלת.
ממתינה לבשורה שבדלת.
מתפללת לטוב שיבוא.
מתקשה להכיל את שבו.
והיא שעמדה, לחשה לך.
שהכל כבר בסדר מותר לך.
ודיברת, שברת שתיקתך.
לא שוהה כאן ואת כבר אינך.

בלילה

דמעות ממלאות את החלל.
את מלטפת את הפצעים בתוך הזמן שנזל.
והפחד לוחש אני כאן לידך.
וזיכרון שעולה מתחולל בתוכך.

והטוב בתוכך ורחוק הוא.
והיית ואת נהפוכו.
וחיפשת ואיפה כורך.
הנה הוא כאן ממש לצידך.
ודיברת אל האל וקראת לו.
וניסית להבין מה חשב לו.
וגילית שזו עוד אשלייה.
אף יישות לא שולטת על מה שקרה.

בלילה

דמעות ממלאות את החלל.
את מלטפת את הפצעים בתוך הזמן שנזל.
והפחד לוחש אני כאן לידך.
וזיכרון שעולה מתחולל בתוכך.

המאשימה מופנית דווקא אל הקורבנות, ולצערנו גם היום, עדיין, יש לנו מספיק סיבות להרגיש את אותו תסכול וזעם שהובילו את מייסדות המרכז להקימו. לצערנו, האירועים בעולם מעידים כי גם ההישגים שלנו עלולים להיות זמניים בלבד.

אני מאחלת לנו שנצליח להמשיך ולספר את הסיפור של המרכז, שנמשיך להתנגד לאלימות ולכפייה ו שנמשיך לפעול יחד למען חברה צודקת ומלאה חמלה.

*רכזת פרויקטים וקשרי קהילה מרכז סיוע תל אביב

רוחות של תקווה

שירי ישועה*

תמורות גדולות קורות בשנים האחרונות במרכז הסיוע תל אביב בפרט, ובהתמודדות עם נושא התקיפה המינית ברמה החברתית בכלל. אבל האם התחושה הזו מחלחלת למטה, עד אלינו, המתנדבות ש"ישובות על הקו"? אנחנו שמאיישות את קו הסיוע 24/7, במשמרות, ואלו שפוגשות ראשונות את הנפגעות באחד הרגעים הכי מאתגרים עבורן, כשהן מבקשות עזרה?

איזו תחושת התקדמות ושינוי יש בסיוע שבוע אחרי שבוע? ובכן, האמת היא שלפעמים, הישיבה על הקו מרגישה כמו חוויה רפטיבית, מעגלית. בניגוד לפנטזיית המושיעה שאיתה אולי הגענו להתנדבות הזאת, לא כל שיחת סיוע מסתיימת בסגירה מספקת ותחושה שבאמת השגתן, את והפונה, איזושהי התקדמות. למעשה, יש הרבה שיחות שהן לא כאלה.

אחד הדברים החשובים ביותר שאנחנו עושות בקו הסיוע זה לספק אוזן קשבת ומקום מפלט לכל מי שמתמודדת עם טראומה מינית. הקו נמצא שם עבור פונות שיש להן שאלה, שרוצות להתייעץ בקשר לסיטואציה ספציפית, שחוות ברגע זה משבר אקוטי שדורש סיוע דרמטי, וגם עבור מי שמתקשרות אלינו שוב ושוב כדי להצליח להתמודד עם חיים בצל הטראומה.

החיים של נפגעות הם סבוכים, הדרך שהן עושות היא ארוכה וההתמודדות לא קלה. רבות מהן חיות עם פוסט טראומה מורכבת, שזה אומר למשל שכל פעולה רגילה דורשת מאמץ או יכולה לעורר טריגר לא צפוי ו"לזרוק" אותן להצפה רגשית. העולם סביבן לא תמיד יודע להתמודד עם ההצפה הזאת, או שהן משקיעות אנרגיה רבה בהסתרה וניהול הרגשות האלה מהקרובים אליהן. בשבילן, מרכז הסיוע הופך להיות המקום הבטוח, הלא שיפוטי, שבו הן יכולות לשהות ברגע הקשה הזה.

הכלל הכי חשוב במרכזי הסיוע הוא החזרת השליטה לנפגעת או הנפגע. ולכן, הכדור תמיד במגרש שלהן. וזה אומר שגם אם היתה לנו שיחה מספקת וטובה, גם אם הרגשנו שהתחלנו תהליך טוב מול פונה, גם אם נוצר בינו קשר רגשי והיא נגעה לליבנו, קרוב לודאי שלא נדע מה עלה בגורלה מאותו הרגע. הבחירה אם להיות איתנו בקשר ולשתף אותנו היא רק שלה.

היא יכולה לבחור לא לחזור להתקשר למרכז, ולא משנה כמה ברור לנו

שנוכל לעזור לה. זו זכותה. אולי היא תמצא עזרה בדרכים אחרות, אולי תמשיך להיפגע עד שתמצא את הכוח בתוכה לעשות שינוי לבד, אולי יקרה דבר אחר לגמרי. אולי היא אכן תפנה אלינו שוב, אבל רוב הסיכויים שתדבר בשעה אחרת עם מתנדבת אחרת, ותמשיך איתה את התהליך, וכמתנדבת, את לא תדעי על זה בכלל.

אני זוכרת כמה קשה היה לי בשנים הראשונות בהתנדבות לקבל את דרך הפעולה הזאת. אבל הבנתי, ובסופו של דבר הפנמתי, שזה לא הסיפור שלי מולה, אלא שלה מול עצמה. כל בחירה שתעשה מרגע זה היא שלה, וכל מה שאני כמתנדבת צריכה לעשות זה להקשיב, לחזק, לפרוש אפשרויות שונות, ואז להניח לה לבחור את המסלך דרכה, לפי יכולתה. זו המשמעות של החזרת השליטה - גורלה הוא בידיה, וזה דבר כל כך יפה.

ועדיין, להיות בתפקיד של זו שמכילה את כל הסיפורים האלה, כל הרגעים הקשים האלה, יכול להיות מייאש. קשה להאזין לכל המקרים על הספקטרום הרחב של פגיעה מינית, ולא להרגיש שאנחנו עדיין טובעות בים תרבות האונס.

בעולם מתרחשים שינויים היסטוריים מבורכים וצעדים משמעותיים ברמה החקיקתית מקדמים אותנו צעד קדימה (כמו למשל החוק החדש לחינוך חובה למיניות בריאה בישראל), בזמן שבמקום אחר החקיקה גוררת אותנו אחורה (ביטול Roe v. Wade בארה"ב).

לפעמים עולה בי השאלה - האם יש בכלל מומנטום של התקדמות? האם אנחנו משיגות משהו במשימה הענקית שלקחנו על עצמנו?

כל כך קל להתיאש, להרגיש שכלום לא השתנה ב-16 השנה מאז שהתחלתי את דרכי במרכז הסיוע. אבל זו רחוקה מלהיות האמת. לפעמים אנחנו זוכות לקחת חלק בתהליכים מעוררי השראה של שיקום והתפתחות, של נשים שהיו במצבי חיים בלתי אפשריים והצליחו לחזור לחיים יציבים וטובים לחיים יציבים וטובים יותר. וכשמדובר במישהי שליווית לאורך שנים, זה מרגש בדרך אחרת לגמרי.

ואם נסתכל בפרספקטיבה של עשורים, אין ספק שהעולם מתפתח ואפילו הדרך שבה אנשים למדו לדבר על פגיעה מינית השתנתה דרמטית בדורות האחרונים, ובעקבות תנועת #Me Too. וכן, אפשר לראות את זה גם על הקו - בכמות הפניות שעולה ועולה.

החיים הם תנועה אדווה

האם תשארי קורבן כל חיך...
מגיע רגע במסע שאת מבינה,
איך קורבן עוד של מקרים שאינם בשליטתך.
לטוב ולרע את לעצמך.
כיום בחירותיך הם שלך.
גם אם לעיתים
איך מרגישה כך.
חבקי את קשייך.
לטפי את כאבייך.
נשמי לתוך כשלונויך.
העריכי את הצלחותיך.
רע לך? זה בסדר נפשך מאותה לך שתקומי ותבצעי שינוי
ולו הקטן שבקטנים, עד שיגדל כוחך לשנות יותר.
כשמשוה לא בכוחך או יכולתך, קבלי את חוסר היכולת
לשנות.
קבלי גם את הטוב פחות.
הוא חלק ממך.
ואל תשכחי לנשום בין מעברים.
החיים הם תנועה
ולא קווים ישרים.
ואל תשכחי
בסוף יום ולו הגרוע ביותר, הביטי אליו עוד קצת, לא לוותר.
וחפשי ביום הזה רגעים קטנים שיאירו כפנסים קטנים ביום
אפור שכזה.
תנסי גם את הטוב לזכור, הוא קיים.
כי בכל יום יש גם טוב וגם רע.
אז למה את בוחרת בסוף יום להעניק את הבמה?

באומץ הרב שמפגיות הנפגעות כשהן בוטחות בנו עם
הכאב שלהן ועושות איתנו תהליכים משני חיים. והמדהים
מכל הוא שאפשר להרגיש בשינוי אפילו בשפה. בדרך
שבה נשים מדברות על עצמן סביב הפגיעה.
אפשר לראות כמה הרבה יותר מחוזקות אנחנו, כשהעולם
סביבנו לומד להעריך יותר אהבה וקבלה עצמית, על פני
השתקה לצורך שמירת הסטטוס קוו. כמה התקצרה
הדרך לפנינו לעזרה, בעולם שבו אנחנו נחשפות הרבה
יותר לסיפורים דומים לשלנו, בעולם שבו קיימת הסיסמה
"צריך להאמין לנפגעת".
כשיותר ויותר נשים אומרות "אני יודעת שזו לא אשמתי",
ומאמינות לעצמן, לא רק בראש אלא גם בלב.
אלה תמורות קטנות, אי אפשר לכמת אותן או להכניס אותן
לסטטיסטיקה, אבל אני מבחינה בהן, ויודעת שהמשימה
האדירה שלנו בהחלט אינה לשווא, שכל העשייה הזאת
משיגה את המטרה שלה, ואני מתמלאת תקווה לעתידנו.

*מתנדבת בקו הסיוע לנשים, מרכז סיוע תל אביב

לחלוק את כובד המשא רותם דרוב*

את הדברים שתקראו כעת אני לא מחדש לכל מי שמעורה בשיח של קו הגברים לנפגעי תקיפה מינית. הנושא של פגיעות מיניות בקרב גברים מושתק.

אם נשים אוזרות אומץ בשנים האחרונות ויוצאות כנגד הפוגעים שלהן, או אוזרות אומץ לספר לחברה, לחבר או לקרובי משפחה על הפגיעה הטראומטית שעברו (ועדיין לא הזכרתי את האומץ לחשוף פגיעות ברשתות החברתיות), הרוב המוחץ של הגברים עדיין שומרים את הפגיעות שהם חוו לעצמם.

הפגיעה עדיין נתפסת כמביכה, והחשש מפני האשמת הקורבן כבד מנשוא - למה לא נלחמתי? איזה מין גבר אני? איזה מין ילד אני? למה לא ברחתי, למה לא החזרתי מכות?

בשביל זה בדיוק אנחנו מאיישים את קו הגברים 1203 לאורך כל השנה. לפעמים יש משמרות שקטות, שבהן עיקר השיחות מתמקדות בקבלת מידע, למשל מהו חוק ההתיישנות וממתי הוא תקף? מהן הזכויות שלי והיכן אני יכול לטפל בעצמי במימון המדינה? אין חוקיות, משמרת בוקר שקטה של שבת, יכולה להיות סואנת בשבת הבאה.

מצד שני אנחנו מקבלים הרבה פעמים שיחות חירום של ממש - הורים לילד שעבר פגיעה מינית היום והם אובדי עצות. במקרה כזה אנחנו מטפלים ראשית בפרטים הטכניים, מפנים לחדר אקוטי בבתי החולים, מציעים את עזרת המחלקה הפלילית והמשפטית שלנו.

לאחר מכן אנחנו פונים לנפש. הילד אמנם הוא זה שנפגע וסביר להניח שלא ישוחח איתנו, אבל במקרה כזה יש נפגעים משניים, ההורים עצמם שעולמם עובר טלטלה. חלק מהתפקיד שלנו הוא גם לעזור להם, שהם יחלקו איתנו את הרגשות והתחושות, הם כמובן מוזמנים להתקשר אלינו שוב ושוב כל פעם שירצו לשוחח.

ויש גם פונים שנמצאים איתנו בקשר מתמשך, או שפונים אלינו מדי פעם, בעת הצורך. הקו אנונימי ואפשר לשפוך את הלב גם על דברים שלא יכולים לשפוך מול הפסיכולוג או העובד הסוציאלי.

אנחנו רואים שבכל פעם שמתפוצצת פרשיה בתקשורת של פגיעה מינית, כמות השיחות לקו גוברת. טריגרים מתעוררים, זיכרונות צפים וזרם השיחות גובר.

אלו שיחות שלא מיועדות לעזרה פרקטית - גברים מבוגרים שמדברים על מקרים שהיו לפני עשורים, רובם לא מחפשים למצוא אשמים (לך תמצא את הנער שפגע בך לפני 20 שנה ומי יודע בכלל אם השכן המבוגר משכונת הילדות בשנות השישים עדיין חי). הגברים האלו רק רוצים לשפוך את הלב, לשתף במחשבות ולתת תוקף לדברים.

אנחנו שם כדי לומר לפונים שלנו שזו לא אשמתם. אנחנו שם כדי לגלות להם שגם הגבר הכי חזק יכול להיאלם דום אם מישהו מתחיל לגעת בו באוטובוס צפוף.

הרבה פעמים זוהי תחושת המועקה האמיתית, למה לא עשיתי יותר. בדיוק בשביל זה אנחנו נמצאים מהצד השני של הקו. כן, גם לנחם, אבל גם לחזק ולתקף את התחושות של הנפגעים, ולהציע הקלה - גם אם זמנית - מהמשא הכל כך כבד שנקרא טראומה מינית.

* מתנדב בקו הסיוע לגברים, מרכז סיוע תל אביב

לכל אדם יש שם

דרור צונץ*

לכל אדם יש שם ולכל אדם יש קול. בקו הסיוע אנחנו לא תמיד יודעים מהו שמו של הפונה אך אנחנו שומעים בקולו על קורותיו, על זהותו שנרמסה, על תחושות של פגם ושל חסר. יש המספרים כי גאוותם ניטלה מהם ויש שמדברים בגעגוע על תמימותם, יש כאלה שבוערים מכעס ומתחושת נקם ויש כאלה שלוחשים כאב.

אני מלווה את הקו בשמונה השנים האחרונים ומגיע למשמרת מידי שבוע. מקשיב לקולם הסדוק - אבל מגלה בכולם רחש ניצוץ חיים, כזה הרוצה לצאת ממעגל של קורבנות ושל שפלות רוח. בקולם הם אומרים "יש בי כאב" ובנשימות הם מתכוונים "יש בי כוח". כמו כל עמיתיי המתנדבים, גם אני נוכח ודרוך מעבר לקו, מוכן להושיט יד בכל רגע ולמשוך ברגע הנכון. אני לא מאמין ולא חושב - אני יודע שאנחנו מצליחים, יודע שאנחנו מצילים.

אני בעצמי ניצלתי.

*מתנדב בקו הסיוע לגברים, מרכז סיוע תל אביב

כשהרשתות החברתיות פוגשות את הרחוב #metoo קרן להמן*

בשבילנו?", אנחנו נשאלות ונשאלים לא פעם. אבל על רקע השינוי החברתי המתחולל, עקרונות הסיוע שלנו במרכז נותרים כשהיו ומנחים אותנו עד היום - הכוח והשליטה להחליט וליזום מהלכים הם אך ורק בידיהן. של הנפגעות והנפגעים.

מי שתפנה אלינו ותרצה שעדותה תתפרסם ברבים, תקבל את הסיוע שלנו בכך, הכל נתון להחלטתם ורצונם של הפונות והפונים. חשוב לזכור שלמרות רוחות השינוי, התהליך להיחשף כנפגעות ונפגעי תקיפה מינית עדיין מאתגר וקשה ונפגעות. ים משלמים לעיתים רבות מחיר כבד על החשיפה.

ומה לגבי הרחוב? האם גם הוא משתנה, או שמא זה רק השיח ברשתות ובתקשורת שמשנה פניו?

המציאות עדיין קשה ואלימה, שיעורי הפגיעות המיניות עדיין גבוהים והאשמת הקורבן היא פעמים רבות מנת חלקם של נפגעות ונפגעים. בתוך המציאות הזו, אנחנו בכל זאת עדות ועדים גם לניצנים של שינוי.

אם אני סוקרת את הפוסטים בעמוד של מרכז הסיוע ושל יוזמת 'לילה טוב', בין הפוסטים המובילים של השנה האחרונה ניתן למצוא את אלה שעוסקים באנשים שנקטו עמדה כנגד אלימות מינית ולא עמדו מהצד - אישה שמספרת על ברמן שהרחיק ממועדון אדם שהטריד אותה מינית; אישה שמספרת כיצד זיהתה סיטואציה שהיה מעורב בה סם אונס ומנעה את הפגיעה המינית שכמעט התרחשה.

לפעמים אני מזהה שגם הרחוב עצמו למד "לדבר" את אותה השפה: בנסיעת לילה באוטובוס יושבים בחור ובחורה, הצעירה נראית "מחוקה" לגמרי, ראשה צונח והיא מתקשה לתפקד.

נוסע נוסף פונה אליהם ומברר שאכן קיימת ביניהם היכרות ושלא מדובר בסיטואציה של פגיעה וניצול.

אני מחייכת לעצמי ותוהה אם עשר שנים מוקדם יותר, כשאורלי אינס עמדה על הבמה וצעקנו "כולנו א'", הייתה מתאפשרת מציאות שכזו, שבה אנשים יודעים לזהות נורות אדומות ומנסים למנוע פגיעות מיניות של זרים במרחב הציבורי. ומעניין מה עם שתי הנשים שעבדו איתי אי שם ב- 2010, האם רוחות השינוי סחפו גם אותן?

*מנהלת דיגיטל ותוכן במרכז סיוע תל אביב

אני זוכרת את העצרת הראשונה שלי ביום המאבק באלימות כנגד נשים בשנת 2010. לרחבת מוזיאון ת"א הגיעה לגאום אורלי אינס, מי שעד אותו רגע הייתה ידועה כ-א' ושהגישה תלונה על תקיפה מינית כנגד אורי בר-לב, מי שהיה מועמד לתפקיד מפכ"ל המשטרה.

עמדנו שם מאות בודדות של נשים בעצרת של מרכז הסיוע לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית ת"א וצעקנו "כולנו א'", 7 שנים לפני שהשחקנית האמריקאית אליסה מילאנו תשתמש בהאשטאג #metoo בחשבון הטוויטר שלה ותסחף אחריה מיליונים ברחבי העולם.

מחוץ לרחבת המוזיאון המציאות הייתה שונה בתכלית, במקום העבודה שלי נקלעתי לשיח של שתי נשים שהאשימו את אינס בהתנכלות ממניעי נקמה אישיים, כשנסיתי להסביר אחרת הן קטעו אותי וצעקו "היא זונה!".

רוחות של שינוי עברו על החברה מאז. מהפכת #metoo התאפשרה כידוע בזכות הרשתות החברתיות. נשים וגברים בכל העולם קיבלו במה חופשית לספר את סיפור הפגיעה שלהם.

סיפורי תיעוד אישיים הפכו לתנועה של ממש, שפקחה את עיניהם של יותר ויותר אנשים שהבינו שפגיעה מינית היא תופעה רחבה, נוכחת וקיימת.

יחד עם זאת, צריך לזכור ש#metoo לא צמחה בחלל ריק. במשך שנים מרכזי הסיוע והמחנה הפמיניסטי החזיקו את הלפיד וניסו להאיר את מה שנותר במחשכים תחת מעטפת של סוד.

התשתית הרעיונית והחברתית שהניחו מרכזי הסיוע בעלי האידאולוגיה הפמיניסטית, סללו את הדרך עבור רבות ורבים שהצטרפו ברבות השנים למאבק באלימות מינית.

עשור מאוחר יותר, אני עובדת במרכז הסיוע לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית ואחראית על הרשתות החברתיות של הארגון. מחלקת הסושיאל הוקמה מתוך הבנה שהרשת החברתית היא פלטפורמה מרכזית במאבק בפגיעות מיניות ובניסיון לשנות את השיח ולהשפיע ברמה החברתית והציבורית.

בעמודי הפייסבוק והאינסטגרם שלנו אנחנו דואגות ודואגים לפרסם תוכן מהימן, לעמוד כמו תמיד לצידן של הנפגעות והנפגעים ולנקוט עמדה חד משמעית נגד פוגעים ופגיעות מיניות. הפוסטים שלנו פתוחים לתגובת הקהל הרחב ומאפשרים לשאול ולהגיב. לא קשה למצוא חומרים להתייחס אליהם, התקשורת כבר מזמן אימצה את התופעה של פגיעות מיניות, לפעמים מתוך אחריות חברתית כשטובת הנפגעות והנפגעים עומדת לנגד עיניה, ופעמים אחרות מתוך משיכה לצהוב ורייטינג. ייש לכם נפגעת

י.ש*

לשבת מול מצלמה ולספר אותי
לא כדי להעיד
לא כדי לעבד
לא כדי להוכיח
גם לא כדי לשכוח

לשבת מול מצלמה ולספר אותי
כמו שאני מרגישה
ואיך שאני זוכרת
אף אחד לא מודד
אף אחד לא שופט

לקבל את הסיפור שלי
ולהחליט מה אני עושה איתו
לא כדי לתאם גרסאות
לא כדי להחזיק פרטים בין עדויות

להנציח את הפגיעה שלי
כדי לפנות מקום ללב שירפא
לדבר את שהיה לי
בגוף, בנפש
בטלטלה הפרטית שלי

לא למחוק
ולא לשכוח
לדבר אותי
לצלם
ואז להניח

פרויקט התיעוד היה עבורי חוויה מסוג אחר. אני מכירה את אורלי אישית - התרגשתי לשמוע עליו, על ההידוהים שלו למתעדות, אך מעולם לא חשבתי שזה מתאים לי או רלוונטי למסע הריפוי שלי.

יום אחד זה התבשל בי -

מתוך גזר הדין המעוות ופערי המפגש עם החיים הרגשתי צורך לצרוח לעצמי ולעולם את האמת שלי, את הידיעה שיש לי סיפור ויש לי קול בעולם.

תיאמנו פגישה והגעתי לתל אביב.

בדרך התהפכו בי הספקות -

מה הקטע של הדבר הזה? בשביל מה אני עושה אותו? מה יש לי לעשות עם סרטון של עצמי מדברת? אפילו לראות את זה לא נראה לי שאעז אי פעם.

העיניים הטובות שקיבלו אותי בכניסה היו מחבקות, ההסבר על הפרויקט, השאלות הפשוטות כדי להבין איך יהיה לי נוח ולמה אני זקוקה.

התיישבנו, ביקשתי עזרה והנחיה ושיתפתי בספק ובחשש - מירי ואורלי אפשרו לפעילות הלב להנחות את הקצב.

אי אפשר להסביר מה קורה שם בחדר כשהמצלמה נדלקת.

מירי ואורלי משני צדדיה, קשובות, מאמינות. הלב נפתח מול המילים ומשהו מתחולל. בדרך חזרה הביתה ניסיתי לכתוב, אבל האמת שזו חוויה שהמילים קטנו מלתאר ולהכיל. ישבתי ברכבת עם הדיסקאונקי הקטן ביד, הופכת אותו מצד לצד, מרגישה בגוף את ההבנה הזו שיש לי סיפור. אני לא אשמה.

בימים שאחרי התנועה הזו חזרה -

לא ראיתי את הסרט, לא הקשבתי להקלטה,

רק חוויה עוצמתית, של חתיכת פלסטיק שמפנימה את ההבנה שהקול שלי ראוי להישמע...

לימים, כחלק מהטיפול ראיתי את התיעוד שלי, בפעם הראשונה בחיי לא חוויתי את החרדה בתוכי אלא צפיתי בי מהצד מתמודדת איתה, כל שרציתי היה לחבק את הילדה הגיבורה והשברירית שפגשתי דרך המסך. תחושה חדשה של חמלה עלתה בי.

לא להרגיש אשמה על הכאב הזה, לא רק לנסות להכיל אותו, להעביר, להתגבר, אלא רגע לחבק, להעריך את הגבורה ואת הכוח להמשיך יחד עם הכל. להעז לשבת ולתת לזה מילים...

לתיעוד הזה יש גלים של עיבודים, גלים של הפנמות. הוא כשלעצמו דבר אדיר! מה שהוא פותח אחריו ומאפשר מרגיש לי כמו אינסוף, כמו רוח אחרת ביכולת להניח לדברים ולפנות מקום במסעות הריפוי...

* נכתב במסגרת פרויקט התיעוד.

נפגעות ונפגעים קדימה צעד

לילך בן עמי*

בתאריך 7.6.22 נפל דבר:

השופטת עירית הוד הקריאה את פסק הדין בעתירת הפרקליטות לוועדת השחרורים של עברייני המין הסדרתי אלון קסטיאל. מעמד הקראת פסק הדין שודר בשידור ישיר במסגרת פיילוט של משרד המשפטים. וכך הקריאה כבוד השופטת הוד: "לנפגעות עבירות מין יש זכות על פי חוק לדעת מהו המועד בו מתקיים דיון בפני ועדת השחרורים ויש ליתן להן הזדמנות בהתאם להוראות החוק להביע את עמדתן. יצוין כי החוק מקנה לנפגעות עבירות מין את הזכות להביע את עמדתן בפני ועדת השחרורים נוכח מאפייניהן הייחודיים של עבירות מין שהצלחות הנפשיות בעקבותיהן עשויות ללוות את נפגע העבירה שנים רבות לאחר מכן".

בפסקה האחרונה של פסק הדין כתבה כבוד השופטת: "בנסיבות אלו, מצאנו לקבל את העתירה לבטל את וועדת השחרורים מיום 16.5.22 ולהשיב את עניינו של המשיב לוועדת השחרורים שתחליט על פי חוכמתה ושיקול דעתה, לאחר שתתקבל עמדת כל נפגעות העבירה".

כדי להבין את גודל האירוע יש לחזור אחורה בזמן ולהבהיר מספר דברים: כיום זה נראה לנו מוזר, אך עד שנת 2001 בה חוקק חוק זכויות נפגעי עבירה, לנפגעות ונפגעים בהליך הפלילי היה מעמד של עדות בלבד, ללא זכויות כלל. היחיד בעל הזכויות בהליך הפלילי היה הנאשם.

נפגעות ונפגעים עד 2001 הגיעו למשטרה, מסרו תלונה לחוקר הפנוי בחדר אקראי (בין אם החוקר מכיר את עולם התוכן של הפגיעה המינית או לא). לאחר מסירת התלונה הלכו הנפגעות והנפגעים לבתיהם, ולאחר שתיקה מצד מערכת המשפט קיבלו בדואר, לעיתים אחרי שנתיים, מכתב רשמי המציין שהתיק נסגר, או לחליפין קיבלו זימון לבית המשפט.

לתוך ה"ריק" הזה נכנס פרויקט הליווי של ההליך הפלילי, אי שם בתחילת שנות התשעים של המאה שעברה, כדי להיות גוף תומך ומתווך בין הנפגעות והנפגעים האבודות וחסרות האונים אל מול הבירוקרטיה וההליך העיוור כלפיהן וכלפי הצרכים שלהן, לבין המערכת המשפטית. במרוצת השנים, מחלקות הליווי בהליך הפלילי במרכזי הסיוע בארץ המשיכו להוות גורם מכריע בתמיכה ובליווי הפיזי והאינפורמטיבי עבור הנפגעות והנפגעים. מחלקות הליווי של מרכזי הסיוע מלוות את הנפגעות

והנפגעים במהלך כל ההליך הפלילי; בהתלבטויות אם להגיש תלונה, במעמד הגשת התלונה, בחקירה ובעימות במשטרה, בפגישות בפרקליטות ולאורך כל ההליך בבית המשפט. אנחנו נמצאות עם הנפגעות והנפגעים ברגעים הקשים, מחזיקות את ידיהן ונלחמות איתן את מלחמתן. עם השנים ובעקבות עבודה רבה, הליווי שלנו את הנפגעות והנפגעים התמסד והפך הכרחי גם עבור גורמי המשטרה, הפרקליטות והשופטים עצמם. כחלק מעבודת המחלקה אנחנו מכשירות ומכשירים חוקריות. משטרה, פרקליטות.ים ושופטות.ים, ומקרבות אותם לעולם התוכן של הפגיעה המינית, כדי לייצר עבור הנפגעות והנפגעים הליך פלילי אמפטי, מותאם והוגן יותר.

חוק זכויות נפגעי עבירה שנחקק בשנת 2001 בעקבות לחצים של ארגונים פמיניסטים, היה ועודנו חוק פורץ דרך במובן זה שהציב את הנפגעות והנפגעים בקדמת הבמה והעניק להן שם, מעמד, קול וזכויות. למשל, הזכות לקבל מידע על שלבי ההליך, הזכות לקבל ליווי פיזי של מלווה מטעם מרכזי הסיוע לתוך חדרי המשטרה, הפרקליטות ובתי המשפט, הזכות למסור את התלונה בפניה של חוקרת אישה ולא חוקר. עוד נקבע בחוק כי בכל פרקליטות תמונה רפרנטית לנפגעות ונפגעי עבירה וכי יש להקים יחידת חקירה ייעודית לתיקי מין במשטרה, שחוקרה יעברו מדי שנה הכשרות על עולם התוכן של הפגיעה המינית.

החוק לא יושם במלואו ועדיין קיים פער בין המילים הכתובות לבין מימושו בפועל, אבל עצם חקיקתו וכניסתו לתוקף בשנת 2004 שינו את פני המפה, כשלאשונה הכירה המערכת המשפטית בקולן של נפגעות ונפגעי עבירה והעניקה להן מעמד וזכויות.

קפיצה קדימה לשנת 2022 ולסערה שעוררה ועדת השחרורים בעניינו של עברייני המין הסדרתי אלון קסטיאל:

לאחר שריצה כמעט ארבע שנים של מאסר מתוך ארבע השנים ותשעת החודשים שאמור היה לרצות, נקבעה לו ועדת שחרורים שנייה (בראשונה שהתקיימה כשנה מוקדם יותר קבעה הוועדה כי אין לשחררו שחרור מוקדם). מועד הוועדה נמסר לנפגעות בהתאם לחוק זכויות נפגעי עבירה, על מנת שיתאפשר להן להגיש את עמדתן לוועדה. אולם, כששרי גולן, אחת מנפגעות העבירה, התקשרה לתומה לשב"ס וביקשה לבחון

בצעד חסר תקדים כמעט, החליטה הפרקליטות לעתור לבית המשפט על ההחלטה לקיים את הוועדה מבלי לאפשר לנפגעות להשמיע את קולן. באופן חסר תקדים ואף היסטורי, הקריאה השופטת עידית הוד את פסק הדין שניתן בעניין בבית המשפט המחוזי בנצרת וקבעה לפסול את הוועדה. פסק הדין הזה, העמיק והעלה לתודעה המשפטית כמו גם הציבורית כי לנפגעות ולנפגעי עבירה יש קול ומן הראוי לשמוע אותו!

**

כתיבת מאמר זה נעשית יום לאחר קיומה של הוועדה החדשה שנקבעה בעניין שחרורו המוקדם של עבריין המין אלון קסטיאל. לוועדה הגיעו שרי גולן ועופרי יהב, שדיברו מול הוועדה והשמיעו את עמדתן הנחרצת. הן עשו זאת באומץ לב מעורר השראה. בחוץ חכתה להן עירד מרציאנו צייגר, אחת מנפגעות קסטיאל שלא נכנסה לכתב האישום, ורצתה מאוד להביע את עמדתה בפני הוועדה אך לא קיבלה אישור לכך.

זה לא מנע בעדה להגיע עד כלא צלמון ולהשמיע את קולה מוחץ לאולם הדיונים. כמו כן נכחו במקום נציגות מאיגוד מרכזי הסיוע וממרכז סיוע ת"א שחיבקו וחיכו שעות רבות עם הנפגעות עד להישמע ההחלטה כי עבריין המין הסדרתי קסטיאל ישוחרר במועד שעדיין לא נקבע ויורחק מהעיר ת"א.

עוד דרך לפנינו, חשבנו כולנו, אבל בדרך הארוכה והמפותלת הזאת יש נקודות של אור, של ניצחונות קטנים. כולנו הרגשנו שבמקרה הזה היה ניצחון קטן שחשוב לראות ולדבר עליו.

המאמר הזה מוקדש לכן, שרי, עירד, זהר, אור, עפרי, מיכל, מיטל, עדי ולכל נפגעות ונפגעי העבירה שמנפצות בכל פעם את תקרת הזכוכית ומאלצות את המערכת המשפטית ואת דעת הקהל לשמוע אותן ולצקת תוכן ומשמעות לזכותן כנפגעות ונפגעי עבירות מין.

אפשרות לדחות את המועד, נודע לה כי מועד הוועדה הוקדם, וזאת מבלי שהיא ושאר נפגעות העבירה ידעו על כך. נקודה נוספת בעייתית היתה שמסירת העמדה על פי רוב נעשית בכתב ואם נפגעת רוצה להגיע ולדבר בפני ועדת השחרורים, היא צריכה על כך אישור מיוחד שלא תמיד ניתן.

בתעצומות נפש גדולות הצליחה שרי להגיש בקשה להופיע בפני הוועדה ודיברה מולה בזום. היא קבלה בפני הוועדה על כך שהמועד הוקדם מבלי ליידע את שאר הנפגעות וכי לא התאפשר להן לממש את זכותן ולהביע את עמדתן בפני הוועדה. לאור זאת ביקשה הפרקליטות לבטל את קיום הוועדה, אך הוועדה החליטה להמשיך וקבעה כי יש לשחרר את האסיר. התסכול והזעם של שרי ונשים נוספות שנפגעו על ידי קסטיאל היו ברורים. 20 שנה לאחר שנחקק חוק זכויות נפגעי עבירה, עדיין קולן של הנפגעות לא נשמע ועושה רושם כי עמדתן אינה נחוצה. החלטה זו אתגרה מחדש את משמעות המעמד של נפגעות ונפגעי עבירה בהליך הפלילי. מה משמעות מעמד זה? האם הזכות להשמיע את קולי כנפגעת היא זכות ריקה? נפגעות ונפגעי תקיפה מינית הן "אסירות שקופות" שחרותן נשללת, תנועתן מוגבלת והן מדירות עצמן מרחובות, ערים, אירועים משפחתיים וקשרים חברתיים מכורח הפגיעה והטראומה שעברו, לכודות בתוך הלך רוח דרוך שבו כל אירוע חיצוני יכול להוות טריגר, עוברות טיפולים נפשיים ופיזיים קשים מנשוא על מנת לשקם ולו במעט את חייהן ולאפשר לעצמן קיום מכבד. איך יכול להיות שזה לא ברור שחייבים לאפשר לאותן נפגעות להופיע בעצמן בפני הוועדה, ולהסביר מה המשמעות עבורן כשהאדם שהרס את חייהן וניתץ את נשמתן ישתחרר מוקדם ולא ירצה את כל העונש שבית המשפט גזר עליו?

הנשים שנפגעו על ידי קסטיאל לא הסכימו לעוולה הזאת ונלחמו ביחד עם איגוד מרכזי הסיוע ומרכז סיוע ת"א בכל הגזרות, הן מול מערכת המשפט והן בכל פלטפורמה שניתנה להן בתקשורת. קולן של הנפגעות לא נשמע בוועדת השחרורים, אך נשמע גם נשמע במהדורות החדשות, ברדיו ובעיתונות. הן הרגישו שהן פועלות למען כל הנפגעות והנפגעים באשר הן, והן קיבלו את החיבוק מדעת הקהל.

*מנהלת תחום ליווי בהליך הפלילי - פרקליטות, מרכז סיוע תל אביב

לילה טוב - רוחות של שינוי

אייל ויזנר*

"לילה טוב" הוא מיזם שפועל למניעת אלימות מינית בחיי הלילה ובתרבות הבילוי והפנאי ומעודד יצירת מרחבים בטוחים עבור המבלות והמבלים. במסגרת הפעילות אנחנו מזמינותים בעלות ובעלי עסקים של מקומות בילוי להצטרף לאמנת "לילה טוב" ולהתחייב שהם פועלים כדי לצמצם פגיעות מיניות במקום הבילוי ולטפל במקרים של פגיעה במידה שקרו אצלם.

אחת לשנה אנחנו מגיעותים למקומות הבילוי כדי לפגוש את צוות העובדות והעובדים במקום ולהעביר הכשרה שעוסקת ביצירת מרחב בטוח במקום הבילוי.

במהלך ההכשרה ניתנים כלים לצוותים להתערבות במקרים של חשש לפגיעה וכלי סיוע למתן מענה ראשוני אם פגיעה כבר קרתה. בתי העסק שחתמו על האמנה מתחייבים לשים שילוט של "לילה טוב" שנושא את המסר: "אפס סובלנות להטרדות מיניות" והזמנה לפנות לצוות אם מישהי או מישהו חוו פגיעה במקום.

מיזם "לילה טוב" נולד בשנת 2015, כהתארגנות וולונטרית של חבורת נשים מופלאה, שהחליטה לעשות מעשה ולהילחם בתופעה הקשה של פגיעות מיניות בחיי הלילה.

לאורך השנים, בשיתוף פעולה עם מרכז הסיוע ובעלי ברים ומועדונים, נוצרה האמנה והפעילות הלכה והתרחבה לעוד ועוד עסקים. כיום מופעל המיזם באופן מלא על-ידי מרכז הסיוע.

בואו נחזור לרגע לשנת 2015, ימיו הראשונים של המיזם. זאת תקופה בה פגיעות מיניות בחיי הלילה הן דבר שבשגרה, מתוך תפישה שזאת המציאות ושמי שיוצאת או יוצא לבלות, מי ששותה אלכוהול או לוקחת סמים, צריכה לקחת בחשבון שיכולים להטריד אותה. ולפגוע בה. ופעמים רבות האצבע המאשימה מופנת כלפי הנפגעת ולא כלפי הפוגע.

מדובר בתקופה שלפני #METOO, טרם חשיפת פרשיית עבריו המין המורשע אלון קסטיאל.

השיח הציבורי סביב פגיעות מיניות באופן כללי עוד מושתק וקיימת חוסר ליגיטימציה לדבר על פגיעה מינית. בחיי הלילה בפרט, קיים קושי גדול עוד יותר שנסוב סביב האשמת הקורבן: "למה שתית כל-כך הרבה?" "מי שלא

רוצה שיטרידו אותה, שלא תצא למסיבה הזאת" וכד'. גם בקרב בעלי העסקים עוד לא הייתה קיימת ההבנה שיש להם מחויבות ואחריות כלפי קהל הלקוחות שלהם, לדאוג ולשמור שהוא יהיה מוגן מפגיעות מיניות.

לאורך השנים, לאחר תקופת הקורונה, נוצר שיתוף פעולה בין מרכז הסיוע לבין עיריית תל אביב, שהחליטה לקדם את נושא המרחבים הבטוחים במקומות הבילוי ולתמוך בפעילות של "לילה טוב".

מאז תחילת השנה הנוכחית הצלחנו להגיע למעל ל- 70 עסקים בחיי הלילה בתל אביב, שהצטרפו לאמנת "לילה טוב", עברו הדרכות ותלו שלטים שמפצים בעיר את המסר החשוב.

כיום אנחנו בקשר עם עיריות נוספות בשאיפה להרחיב את הפעילות שלנו לעוד ערים. במקביל התחלנו להפעיל את המיזם גם במלונות, מתוך הבנה שגם אלו מרחבי בילוי שמתקיימות בהם פגיעות מיניות ושדורשים לקיחת אחריות של הצוות וההנהלה על הבטחון של הנופשות והנופשים בהם.

הפעילות הענפה שלנו בשטח לאורך השנה האחרונה, מעידה כי קיימת תנועה משמעותית ומרגשת של שינוי. אנחנו פוגשותים בעלות ובעלי עסקים שמבינים שלא ניתן יותר להתעלם מפגיעות מיניות שקורות אצלם. בשונה מפעם, יותר ויותר הנהלות וצוותים מבינים שפגיעות מיניות מתרחשות בכל מרחב ושזה באחריותם לדאוג לצמצם אותן עד כמה שניתן.

במפגשים עם הצוותים, נשמעים יותר ויותר קולות של הדור הצעיר שאומרים שאין שום מקום לאפשר לפגיעות להתרחש וחשוב לעשות פעולות יזומות כדי למנוע אותן.

אנו רואות ורואים יותר ויותר שיח ברשתות שחושף מקרי פגיעה בחיי הלילה ומגנה אותן. שיח שמדבר על לקיחת אחריות במרחבים הציבוריים, סולידריות ודאגה אחד לשנייה והבנה שיש הרבה מאוד שניתן לעשות כדי למנוע מקרי פגיעה, אם זה במסיבה, בבר או ברחוב בדרך הביתה.

בעקבות הפעילות של "לילה טוב" והקשר שיש לנו עם העסקים של מקומות הבילוי, אנחנו עדות ועדים לשינויים אמיתיים שקורים בשטח, כצעד ראשון ברמה התודעתית ובהמשך כפעולות קונקרטיות. מועדון

הבלוק יזם מסורת של תדריך שכל הצוות מחויב לעבור, בו נאמר באופן חד משמעי מהם כללי ההתנהגות במקום ושאינו בו מקום לפגיעות מיניות. בשקט-קלאב החליטו בעקבות המפגש עם "לילה טוב" להתקין לחצן מצוקה בבר שקורא למאבטח ולמנהל המשמרת במידה שארעה פגיעה מינית במקום.

מועדון הכולי-עלמה מצא דרכים יצירתיות להעביר את המסר של אפס סובלנות לאלימות במרחב שלו, דרך שילוט, פרסומים ברשתות ושיח מתמיד על הנושא. מלון שרתון ומלון דיוויד אינטרקונטיננטל החליטו להצטרף לאמנת "לילה טוב" ומעבירים הכשרות למאות עובדות ועובדים מתוך הבנת החשיבות של העיסוק בנושא והרצון לקחת אחריות על המרחבים שלהם.

באפריל האחרון הוזמנתי להשתתף בפאנל ראשון מסוגו שנעשה בתל אביב על מרחבים בטוחים בחיי הלילה. הפאנל נולד ביוזמה ובהשתתפות של דמויות בולטות מחיי הלילה.

היה מרגש מאוד לקחת חלק בשיח הזה ובעיקר היה משמח לראות שקיים עיסוק בנושא ושיותר ויותר אנשים בתחום מחפשות ומחפשים דרכים לשפר את המצב ולטפל בבעיות הקיימות.

אין ספק שעבודה רבה עוד לפנינו במאבק באלימות מינית בכל מרחב שהוא, ובפרט בתרבות הבילוי ובחיי הלילה. המצב עוד רחוק מלהיות מספק ונשים וגברים ממשיכים להיפגע ולסבול מההשלכות של הפגיעה יום יום.

יחד עם זה, הפעילות של "לילה טוב" בהחלט מעוררת אצלי אופטימיות ותחושה שרוחות אמיתיות של שינוי אכן קורות.

השיח שאנו פוגשות ופוגשים בשטח נשמע אחרת היום ויש רצון אמיתי וכנה לשנות את המציאות הקיימת. אנחנו במרכז הסיוע למודות ולמודי ניסיון, ומבינות ימים ששינוי לוקח זמן. אני מרגיש שפעילות ארוכה ומאומצת של שנים רבות כבר נושאת פרי ושיזמת "לילה טוב" היא רק ביטוי אחד שלה.

הדור משתנה, התפיסות משתנות ויש היום קול הולך ומתחזק שלא מוכן יותר לקבל פגיעות מיניות מכל סוג במרחבי החיים שלנו, ובאופן ספציפי

בחיי הלילה. אנשים רוצים לצאת לבלות, לרקוד, לשמוח, לחגוג ו"לאבד את הראש" לפעמים. כולנו צריכות וצריכים מידי פעם הפוגה משגרת החיים המלחיצה, וכולנו רוצים לדעת שאפשר לעשות את כל זה בלי הפחד שיפגעו בנו. יותר ויותר בעלי ובעלות עסקים מבינים שיש להם את היכולת להשפיע על כך ולגרום לזה להתממש.

ככל שנמשיך להגיע לעוד ועוד מקומות, ככל שיותר עסקים וצוותים יקיימו שיח על יצירת מרחבים בטוחים ושמירה על הביטחון של כולם, כך המציאות תשתנה למקום טוב ובטוח יותר עבור כולנו.

*מנהל פרויקט "לילה טוב" במרכז סיוע תל אביב

מאמינות לך

אריאלה פרטיג ולילי סלצברג*

בכניסה לאחד מבתי הספר בהם ביקרנו השנה הופיע גרפיטי על אחד הקירות: "מאמינות לך", "הבושה עוברת צד", "את/ה לא לבד" "את/ה לא אשמה". קיר באמצע בית הספר הבהיר לכל באות ובאי בית הספר על אפס סובלנות לאלימות מינית.

הקיר הזה הוא סממן חיצוני לשינוי שאנחנו עדות ועדים לו בשנים האחרונות בעבודה החינוכית שלנו עם נוער ועם צוותים חינוכיים. תפיסות חברתיות לגבי אלימות מינית משתנות במרוצת השנים, שיח שהיה שמור לארגונים פמיניסטיים, הפך להיות נחלת הכלל בזכות מהפכת #metoo. יחד עם זאת, מהמפגשים שלנו עם השטח אנחנו יכולות ויכולים להעיד שעדיין קיים קושי מאוד גדול לתפוש ולממש את רוחות השינוי שמהפכת #metoo הביאה איתה, בעיקר בקרב צוותים חינוכיים שגדלו והתחנכו בדור אחר ובתקופה בעלת נורמות שונות לחלוטין מאלה שהנוער גדל ומתחנך עליהן כיום.

מצד אחד, הרבה אנשי ונשות חינוך מעודדים לדבר ולשוחח עם הנוער על מיניות בריאה ומניעת אלימות מינית ואף מעודדים את הנוער להיות אקטיבי בנושא. מצד שני, קיימים עדיין מורות ומורים רבים שהשינוי מעורר בהם חשש ותחושת ריחוק.

בנוסף, גם כשלעיתים נשמעות המילים "הנכונות" שמעידות על היכרות עם השפה "החדשה" של עידן #metoo, הרי שבשיח המעמיק שאנחנו מנהלות ומנהלים עם הצוותים החינוכיים עולות תפישות אחרות, שהן עדיין עמוקות ומושרשות. פעמים רבות, הפער התפישתי שבין הצוותים החינוכיים לנוער, מותיר את הצוותים חסרי כלים להתמודד עם תופעות והתנהגויות שונות של בנות ובני הנוער ומכניס אותם לעמדת מגננה.

כך למשל, כיום כבר פחות נהוג לשמוע נשות ואנשי חינוך מדברים על לבוש כגורם לפגיעה מינית, בניגוד לשאלה הרווחת מפעם: "אבל למה היא לבשה את זה?".

אבל את השאלה הזו החליפה שאלה חדשה שמתייחסת לאופן שבו נערים ובעיקר נערות בוחרים ובוחרות להציג עצמם ברשתות החברתיות: "אבל למה היא מצטלמת ככה?".

בנוסף, למרות שכבר לא נהוג לקשור בין לבוש לבין פגיעה מינית, עדיין מתחולל בבתי הספר מאבק מתמיד על אורך המכנסיים של תלמידות

ומחשבה שנערות מגיעות לבושות במכנסיים קצרים כדי לעשות "דווקא". כמו כן, מורות ומורים מרגישים לא פעם שהנוער "מגזים" ושכל התנהגות נתפסת מבחינתם כהטרדה.

כך למשל, מורה לחינוך גופני שיתפה אותנו שהיא מאוד נפגעה מתלמידה שלה, כשהמורה נגעה בגב התלמידה כדי לתקן תרגיל מסוים והתלמידה אמרה בתגובה שהמגע לא נעים לה.

אין להאשים את הצוותים החינוכיים בתפישות שכאלו ובעמדת המגננה שהם מצויים בה. כמוהם, גם אנחנו גדלנו על תפישות ונורמות שונות בתכלית מאלה שהנוער גדל ומתחנך אליהן כיום. לא חונכנו לחגוג את הגוף והמיניות שלנו ולא חונכנו להיות קשובים וערים לגבולות האישיים שלנו. רובנו לא זכינו לגדול בסביבה שמהווה עבורנו מרחב בטוח, סביבה שאפשרה לנו לדבר ולהגיב במצבים בהם נחצה הגבול. גם כבוגרות ובוגרים שפה זו לא נוכחת מספיק בסביבתנו.

הסדנאות שלנו עבור צוותים חינוכיים מתקיימות בנוסף לסדנאות עבור הנוער. זאת מתוך תפישה הוליסטית ומוטיבציה להשפיע על השיח באופן רחב ועמוק בקרב מגזרים וגילאים שונים באוכלוסייה. נקודת המוצא שלנו בסדנאות היא ביכולת של כל אדם וקבוצה לעבור שינוי.

בסדנאות שלנו חשוב לנו לא לבטל ולשלול את תפישות העולם של הצוותים החינוכיים, אנחנו מבינות ומבינים שהן מתבססות על ניסיון חיים ועל נורמות חברתיות ארוכות שנים. שינוי עמדות מתאפשר בזכות תהליך של מפגשים וקיום שיח. לכן, קיימת חשיבות מכרעת למפגשים והכשרות של צוותים חינוכיים, בתקווה שביחד נצליח ליצור שינוי עמוק במערכת החינוך כולה, שהיא כידוע הבסיס לשינוי חברתי.

*מנהלות המחלקה החינוכית במרכז סיוע תל אביב

קורס חינוך נערים

חגי רגב-אוחנה*

מחלקת החינוך שלנו פוגשת את השטח מדי יום וערה למקרים, שינויים וצרכים העולים בקרב הנוער.

את הצרכים אנחנו מתרגמות ומתרגמים לקורסי העשרה והכשרות עבור המנחות והמנחים שלנו, שמגיעים למסגרות החינוך מצוידים בכלים המתאימים כדי לדבר עם הנוער על מיניות בריאה ומניעת אלימות מינית. בשנה האחרונה זיהינו צורך של מתן מענה מותאם לנערים. אי לכך יזמנו קורס למנחות והמנחים שלנו שעסק בחינוך לנערים.

אל הקורס הגענו מתוך מחשבה כי יש מחסור בכלים החינוכיים איתם אנו נכנסים לכיתה במפגש עם נערים מתבגרים.

העשור האחרון מהווה פריצת דרך משמעותית ומשנה מציאות עבור נערות ונשים בכל העולם בכל מה שקשור להכרה בפגיעה מינית, יחסי הכח המגדריים והלגיטימציה לשוחח על החוויה של נערות ונשים בעולם. השיח הפמיניסטי שהתרחב למעגלים הולכים וגדלים בציבור הישראלי והעולמי העניק כח גדול לנשים לדבר ולהצביע על בעיות חברתיות, אך חשף גם את משבר ההתבגרות של נערים בעידן הנוכחי - התפרקות של הגבריות המסורתית ותפקידיה, סימני שאלה גדולים על עצם הבניית הגבריות ואף תחושות של אשמה על הרצון להיות "גברים".

הקורס שפתחנו בוחן את משבר הנערים דרך עיניהם במפגש עימנו, אנשי החינוך המלאים בכוונות טובות, אך לא תמיד מודעים לפערים שבינינו לבינם.

תכנית הקורס העמידה במרכז את המטרות החינוכיות שלנו מול הנערים, אלו ששמחים על הכניסה שלנו לכיתה, אך בעיקר אלו שחשים איום מעצם השיחה על פגיעה מינית, המתפרשת כאיום על הנורמות המוכרות להם.

כיצד ניתן לסגל חשיבה ביקורתית על מרכיבי הגבריות מבלי לאיים למוטט על הנערים את עולמם, וכיצד אפשר לרתום אותם למאבק באי-השוויון המגדרי ולצמצום הפגיעה המינית? אלו השאלות שעמדו ועדיין עומדות לנגד עינינו.

*מנחה במחלקה החינוכית, מרכז סיוע תל אביב

רוחות של שינוי בחינוך נוער

יואב קלארמן*

החינוך להרחיב את היקף החינוך המיני בישראל, ובחירת ביהמ"ש העליון האמריקאי לקרוא תיגר על התפתחויות פמיניסטיות שאירעו בעשרות השנים האחרונות.

יש פער מורגש בין הנוער שפגשתי השנה לנוער שפגשתי לפני שלוש שנים. נערים רבים בכיתות רבות המשיגו ושיימו הבניות חברתיות ומגדריות, תיארו מיניות בריאה בצורה בוגרת והצביעו על מאפייני פגיעות מיניות והשפעותיהן.

רבות ורבים הכירו אפשרויות בחירה מיניות ומגדריות שונות, ידעו להצביע על הטרדה מינית ככזו ועל חשיבותה של הסכמה חופשית. כבר בגילאי חטיבה ידעו חלקם לציין השפעות שונות של צפייה בפורנוגרפיה ולהסביר את המרחק בינה ובין המציאות. ידע דומה לא היה נוכח בהיקף שכזה לפני שנים בודדות.

המפגש עם הנוער אמנם מעורר תקווה, אך הוא גם חושף תהליכים מדאיגים. בכיתות השונות הובעה התנגדות משמעותית לחלק מהנושאים, התנגדות שהובעה כנגד תופעות שהוגדרו "תלונות שווא", "הטרנסים והטרנסיות" ו"הפמיניסטיות".

בבתי-ספר שהוקפו בדגלי גאווה נערים ציינו בגאווה שהם הומופובים. בכיתות שדקלמו באופן בהיר את ההכרח בבירור הסכמה לפני מגע, הכרח זה שוין פעמים רבות לאיום בתלונה פלילית. האשמת קורבן עולה פעמים רבות כתגובה ראשונית למקרים שונים ומגוונים.

החיבור הנוכחי קצר מכדי לעסוק באופן ראוי בנרטיבים הרצויים והמצויים בקרב נוער. במקום זאת, אציין את הפער האפשרי בין הישגי מדיניות ונראות ציבורית לבין שינוי תרבותי עמוק, המאפשר אימוץ נורמות חדשות באופן נרחב.

נדמה לעיתים שהנערים נדרשים ליישב שני קולות סותרים. מחד, קיימת קריאה ציבורית לשוויון מגדרי, שיח הסכמה, מודעות לפגיעות מיניות, תמיכה בשלל זהויות מגדריות ומיניות אפשריות שונות ולהכרה בחשיבותן של הקשבה, אמפתיה והבעת רגש. מנגד, קיימת דרישה תרבותית וותיקה, התובעת מנערים להיות אלימים, אגרסיביים, יודעי-כל, מצחיקים, יוזמים, חזקים, שלא להפגין פחד, חולשה ותמיד לשאוף לקיום יחסי-מין.

לאחרונה פורסם בכלי התקשורת שהחל משנת הלימודים הבאה (תשפ"ג), חינוך מיני יהווה תוכן חובה במערכת החינוך בישראל. מכיתה א' ועד כיתה י"ב, תלמידות ותלמידים ילמדו ויעסקו במיניות בריאה, הסכמה, דימוי גוף, פרטיות ואוטונומיה במסגרת תוכנית לימודים סדורה.

תוכנית הלימודים כוללת תכנים המועברים כיום בסדנאות מטעם מחלקת החינוך של מרכז הסיוע. איגוד מרכזי הסיוע היה שותף למהלך ומסתמן שיהיה שותף לעיצובו בהמשך.

מבחינות רבות, מדובר בצעד היסטורי ומרגש במסגרת המאבק לצמצום האלימות המינית והמגדרית בחברה. עיסוק הדרגתי, מותאם ועקבי במיניות בריאה והסכמה חופשית יאפשר מתן מענה ממשי לנוער בהקשרי מיניות. בנוסף, הכשרות המורים המתוכננות במסגרת תוכנית זו ירחיבו בסדרי-גודל את האוכלוסייה העוסקת באופן מעשי בנושא.

זהו פתח מעורר תקווה להפצת שיח אמפטי, קשוב ומבוסס ידע לחברה הישראלית כולה, בנוגע למיניות ובכלל.

באותו שבוע, בית המשפט העליון האמריקאי פרסם פסק-דין המתיר למדינות ארצות-הברית לחוקק חוקים האוסרים על הפלות. מדינות אחדות בארה"ב שהודיעו שאם יתיר ביהמ"ש העליון - הן יאסרו על הפלות לחלוטין ויפילו את מי שסייעו לביצוע הפלה.

השופט קלרנס תומאס הסביר שייטכנו פסקי-דין דומים בנוגע ליחסי-מין חד-מיניים, נישואין חד-מיניים וגישת של זוגות נשואים לאמצעי מניעה.

זכיתי להנחות סדנאות נוער מטעם מרכז הסיוע בשלוש השנים האחרונות, בעיקר לבנים. חוויותי האישיות הן בוודאי אנקדוטליות ובלתי-מייצגות. מדגם מוגבל זה של נערים אמנם אינו משקף את הנוער הישראלי שכן הוא מושפע מבתי-הספר בהם נערכו הסדנאות ומהאווירה שנוצרה בסדנה מסוימת. עם זאת, בכיתות בהן נכחתי בשנה האחרונה, נשבו רוחות שינוי עזות.

רוחות אלו מנשבות ככל הנראה בקרב אוכלוסיות נוספות פרט לקבוצות הנערים שפגשתי. נדמה שהן נושבות בבתיים מהם מגיעים הנערים ובחברה הישראלית בכלל. אני חושד שהן נושבות בכיוונים מנוגדים.

במידה מסוימת רוחות השינוי המנשבות בקרב נערים בישראל מזכירות את שני האירועים ההיסטוריים שאירעו לאחרונה: בחירתה של מערכת

יואב קלארמן*

הרחבת החינוך המיני בישראל היא הזדמנות אדירה לתהליך עומק חברתי. השיח עם נערים משקף צמא אדיר לידע, שיח וכתובות למענה בנושא מיניות. עם זאת, ייתכן שהמהלך יצריך השקעה אדירה תואמת. לא ניתן לפעול מנקודת הנחה שמי שיידרשו להעביר תכנים אלו יחזיקו בערכים דומים לאלו של מי שייזמו אותו.

קיים פער גדול בין האוכלוסיות בכלים, בניסיון, בלגיטימציה החברתית ובפניות המחשבתית והרגשית לעיסוק בנושא. אתגרי מדידה ובקרה בפרויקט בסדר-גודל שכזה עשויים לעודד נוער לאשרור מסרים מהפה אל החוץ, ולהקשות על בחינת תהליכי עומק.

אני מקווה שרוחות השינוי נושבות בכיוון הנכון, ומקווה שנצליח ללוות, לתמוך ולמשוך תהליכים אלו באופן שיאפשר תהליכים חברתיים ערכיים ורגשיים בקרב סגל, הורים, נוער והציבור הרחב.

רשימת דרישות אלו עולה שוב ושוב מהנערים עצמם, כשהם נשאלים בנוגע לציפיות החברה מהם. כבר בכיתה ז' נערים מציינים זאת במפורש. אמנם, דרישות אלו לא מגיעות מאותם גורמים, אך הן בהחלט דרישות שהנערים נדרשים למלא.

בפער בין שני הקולות הללו, בפער בין הרצוי למצוי, בפער בין דעותיהם של מובילות דעת-קהל, אנשי ונשות תקשורת ומחוקקים לדעותיהם של משפחות, חברים, הורים, מנהלות, מורים ויועצות, הנערים חיים, לומדים ומתנסים במיניות לראשונה.

השיח התקשורתי, התרבותי והפוליטי בנוגע לפגיעות מיניות השתנה בשנים האחרונות. נדמה לעיתים שקווי האסור והמותר שורטטו מחדש, ומסרים רבים הוטמעו בציבור הרחב.

השיח בכיתות בהחלט משקף מגמה שכזו. עם זאת, יש הבדל חשוב בין מי שמצטטים נורמות חברתיות באופן אוטומטי ומצייתים להם בשל כורח, למי שהבינו מבחינה רגשית ולוגית את ההגיונות העומדים בבסיסן וקיבלו על עצמם ליישם ולקדם.

מפתה להניח שהישגים ציבוריים משקפים תהליכים חברתיים. יש להם אפקט ממסך, המקל על שכחת דעת הקהל הכללית.

השיח בכיתות מרמז שמדובר בשיקוף חלקי בלבד. פסק-הדין האמריקאי השולל את הזכות החוקתית להפלה מצביע על הסכנה הגלומה בהזנחת המסע לאימוץ נרחב ועמוק של נורמות חברתיות.

ככל שהתכנים הנדרשים לתהליך חברתי מרובדים ומורכבים יותר, כך יידרש זמן ומאמץ רב יותר להטמעתם, פרטנית וקהילתית.

לא רק שהחברה כולה תידרש לתהליך ארוך יותר בכדי להפנים באופן מהותי תפישות חדשות, אלא שכל ילד יזדקק לזמן ולקשב רב יותר, על-מנת לבנות הבנה הדרגתית, אישית וחוויתית של נורמות תומכות.

קל לקוות שאם בסדרות הטלוויזיה, בקולנוע ובמסדרונות הכנסת ישקפו יישום מוצלח של שפה עדכנית, הרי שאלו ישקפו תמיכה רחבה בעקרונות תואמים.

פסק-הדין האמריקאי מראה שייתכן פער אדיר בין במות ציבוריות מרכזיות לבין הציבור הרחב, וכן שהישגים חברתיים עשויים להיות הפכפכים ובלתי-יציבים גם לאחר עשרות שנים.

*מנחה במחלקה החינוכית, מרכז סיוע תל אביב

על הקצה בת-אל

רק כאשר החיות טרפו אותי ונגסו בבשרי, רוממו את רוחם וניפחו את האגו
רק אז חייתי.
רק כשהייתי חור והתמלאתי ברוע שלהם רק אז חייתי.
תחת רופיס, אלכוהול, תחת גופים עליונים בעלי כוחות תחתונים.
שרדתי כדי להישאר לבד בבור ריק,
חסרת חיות,
מלאה בקיום לא שלי, קיום של הבניות חברתיות ותרבותיות מערביות.
נאלמתי בבור של שגרה,
כי שקט זו ברכה, כך הן אומרות.
משהו מציק לי מתחת לעור, חוסר נוחות יום יום, חוסר שינה
זה זה - חוסר חיות.
כשהכל על הגבול, שאת נלחמת באפיסת כוחות, כמעט נופלת, נושכת שמיכה
ומאגרפת אוויר, מסתירה חולשה, מאבדת אחיזה ומחזיקה את הגדר בקצה האצבעות.
כשאת מתחילה להתפורר והסוף ברור לך.
ובכל זאת,
הם באים.
אחד אחרי השני
הם משכיבים אותך על מזרון ורומסים לך כל האיברים, משתמשים בך כי אפשר
הם חיות אכזריות ואת כלום רק חור. הם מתלהבים ומפגינים כשרון.
את שוכבת שם,
את כלום, אבל את חיה
כמעט מתה, אבל עדיין חיה, כשאת על הקצה הזה את חיה.
חייתי שם, לעיתים עדיין שם
בקצה שלהם
בקצה שלי.
הקצה המפחיד הזה שכולן.ם רוכבים עליו בהתרגשות כי הקצה יביא למהפכה.
הקצה יוציא לרחובות,
הקצה ידביק כרזות.
והקצה שלי תקוע בגרון ושותק
מחכה ליפול על חודו
לחיות שוב.

השבר כפתח לתיקון

יונינה פלנברג*

"זה לא ילך!" היא אמרה לי כשניסיתי להסביר את חשיבות העניין. "אצלינו לא מדברים על הדברים האלה בצורה הזו. אצלינו אם ההורים חושבים שזה מתאים, הם מדברים עם הילדים על זה בפרטיות. לא כמוכם - סדנאות והרצאות. לא צריך להכניס לילדים פחדים לראש וגם לא נושאים שלא מתאימים להם. אצלינו נותנים מידע על בסיס של צורך. לא סתם".

את המונולוג הזה שמעתי בסגנון כזה או אחר במשך שנים, כאשר ניסיתי להסביר את החשיבות של סדנאות מוגנות לתלמידים ותלמידות בחינוך החרדי. וכל פעם הרגשתי שחייבת להיות דרך להבהיר עד כמה הבורות הזו מסכנת אותם. עד כמה מתן מידע, באופן מותאם וצנוע יכול למנוע ים של כאב ועוגמת נפש בעקבות פגיעה מינית. אך בפועל, לא הצלחתי לפצח את השיטה. פה ושם הצלחתי לקבץ יועצות או נשות צוות בסמינרים מסוימים. הצלחנו לארגן קורסים למדריכות כלה, שתוכלנה לזהות ולאתר כלות שעברו פגיעה ולהפנות אותן לגורמים המתאימים, אבל למערכת החינוך החרדית לא הצלחנו להיכנס. ואז הגיעה פרשת חיים ולדר וטרפה את הקלפים.

הזעזוע היכה גלים לאורך כל שדרות הציבור החרדי, הליטאים והחסידיים, אנשי ש"ס וחב"ד. פרדיגמות התפוררו, נורמות הועמדו בסימן שאלה ותוך חודש וחצי שיח קהילתי בן עשרות שנים השתנה לבלי הכר. אנשים ונשים רצו תשובות.

את השינוי במגזר החרדי הרגשנו ביתר שאת כמה חודשים ספורים לאחר העדויות כנגד ולדר, כשהגיעו תלונות על מנהלת סמינר "מעלות" בירושלים צביה רוטנברג, על פגיעה מינית בילדות ונערות רבות. כשראשי הסמינר התמהמהו בתגובתם והסתבר כי רוטנברג ממשיכה לכהן בתפקידה, התארגנה תוך פחות מיום הפגנה שלא נראתה כמוה ברחוב הישראלי: אל מול שערי הסמינר עמדו עשרות נשים ובחורות צעירות לבושות בתלבושת של בנות סמינר, עם מסיכות לבנות על פניהן ושלטים המצטטים פסוקים מהתנ"ך הקוראים לצדק, עמדו וקראו יחד פרקי תהילים בכוונה גדולה.

בסוף מרץ, הגישה רוטנברג את התפטרותה. במרכז סיוע ת"א הבנו כי הגיעה השעה לייצר מענים הולמים לציבור החרדי על כל מורכבותו.

בתחילת השנה הגיעו למרכז סיוע ת"א במסגרת פרקטיקום של תכנית שגרירות רוטשילד, שלוש סטודנטיות חרדיות, אשר רצו לחולל שינוי בחברה ממנה באו בכל הקשור למודעות ולהתמודדות של קהילותיהן עם פגיעות מיניות. כל אחת מהן מייצגת פלג אחר בחברה החרדית. פרשת ולדר האיצה את המהלך, ובפעם הראשונה במרכז סיוע ת"א, ישנן נשים חרדיות שלומדות לעומק על פגיעות מיניות באופן כללי, ועל הדרך הייחודית, בה מתרחשת הפגיעה בכל קהילה וקהילה.

בימים אלו עומלות הסטודנטיות על כתיבת סדנאות המיועדות לקבוצות של אמהות חרדיות, מתוך הבנה שאמהות הן תמיד הגורם שיכול לחולל שינוי בשיח ובמודעות בתוך המשפחה. אנו תקווה כי לאחר ביצוע נרחב של סדנאות אלו, ניתן יהיה להתקדם גם לעבודה עם צוותים חינוכיים ובעז"ה גם לסדנאות מוגנות לתלמידים ותלמידות בחינוך החרדי.

אנחנו נמצאות ונמצאים בעיצומה של מהפכה, אשר אמנם נכפתה על הציבור החרדי, אך יש בה כדי להזיז את המחסומים שמנעו עד היום את העיסוק במוגנות באופן סדור ונרחב במגזר זה. ישנם עדיין כוחות שונים המנסים לשמר את השיח הישן והמשתיק (כפי שניתן לראות בפשקוויל שפורסם במהלך השנה האחרונה לאחר שהחלו להתפרסם בקרב המגזר סדנאות והרצאות על מוגנות), אך הם אנשי האתמול והעגלה ממשיכה קדימה.

אנחנו במרכז סיוע ת"א רוצות להיות שם איתם מתוך כבוד והבנה של השבר הגדול אותו חוותה הקהילה, אך גם לתת מקום להזדמנות הגדולה לא פחות לתיקון.

*מנהלת חינוך במגזר הדתי והחרדי, מרכז סיוע תל אביב

ברוך שעשני טראומתית

אדווה

ברוך שעשני טראומתית
נתן בי מכה שראיתי את התהום
ועברתי מסע
בו אני צועדת עד להיום.
ברוך שלימד אותי בדרך מהו כאב, שאדע לאתר כשמולי שבורי לב.

ברוך שעשני טראומתית
והפך אותי חזקה
כעוף החול,
ועכשיו לשבור אותי כבר איש לא יכול.

ברוך שעשני טראומתית שלימד אותי שיעורי חיים
ובחר לי יעוד להיות רגישה וטובה לאחרים.

ברוך שעשני טראומתית
ברוך שטמן בי כוחות,
לא להשתגע
ואת סודות הנפש לזהות.

ברוך שעשני טראומתית
ולמרות הכאב,
למדתי לצמוח כנגד כל הסיכויים.

ברוך ששלח לי מלאכים את כוחותיי לאתר,
ברוך ששרדתי כדי לספר.

שורשים חדשים

רחלי

יום אחד, אי אז בשלהי 2015 התעוררתי למציאות שלא הכרתי קודם - מציאות שבה הבנתי שהמסכות שלי התנפצו. איבדתי את עצמי, את המסכה של הצחוק, הקלילות, הביטחון במי שאני. פתאום החולשות שלי היו בחוץ, איבדתי את היכולת להתמודד ונאלמתי. לא רציתי להמשיך קשרים ישנים ולא להתחיל חדשים.

בדרך קיבלתי מתנה, את אורי שלי. זו הנקודה שבה הבטחתי להפסיק להיות קורבן, בשביל אורי. אני יודעת איך זה נראה ומרגיש לגדול תחת מעמסה של הורה קורבני - זה שורט. הבטחתי לעצמי שאצמיח לי ולאורי שורשים חדשים. שיום אחד דברים יראו טוב יותר.

כשדיברו בעבר על החלמה מפוסט טראומה זה תמיד קומם אותי; איך אפשר להגיד לי החלמה כשאני חיה את הלופים של התמודדות עם ייאוש, חרדות, קריסת מערכת "האני הנבון", כשהכל מתבלבל ונדמה שההיגיון מפנה מקום לשיגעון והתחושה שאני לא יוצאת מזה הפעם. ושוב לקום ולהתחיל מחדש מתהומות והתופת, לתפקוד בסיסי לרצון לחזור "לעולם בחוץ". ושוב חוזר חלילה.

העולם שלי היה עולם שבו אני מתקשרת רק במקומות שאין לי ברירה, קשר אנושי הוא הדבר שכנראה הכי מפחיד אותי. השקט, הלבד המוכר והידוע, בלי התנסויות שאני לא בטוחה בתוצאה שלהן, רק על בטוח. ואז נכנסתי לפרויקט של ביטוח לאומי, מרכז הסיוע וגשר, של שירותי שיקום תעסוקתי. בפרויקט למדתי את ערך המילה "תהליך" ועד כמה אני שוכחת "לנשום". ההבנה שמעגל הייאוש הוא זמני והתוקף שלו תלוי בעיקר בי. זכות הבחירה תמיד אצלי בידיים, הבחירה מתי לקום אצלי בלבד. אני לא אדם מוחלש, אני אדם מוחשל. אם בהתחלת הקורס ניתוק היה המצב הקבוע שלי מול סיטואציה, כל משפט יכול היה להוות טריגר, כיום אני יכולה לומר שלמדתי לדבר גם בתוך סערה ריגשית.

אני עדיין בנקודה שקשה לי לבודד את רעשי הרקע שבראש שלי, אלו ש"שומרים" עלי, ההגנות שלי ששומרות עלי מפני פגיעה. עדיין לא מצאתי את הקול שלי, אך בהחלט הבנתי שיש לי קול ושחשוב שהוא ישמע. התחלתי להכיר אותי, להקשיב לרגשות שלי ולתת להן מקום ולקבל אותן, התחלתי לשמוע את הקול שלי - לראות אותי. למדתי שאני אדם חביב עם

יכולות חברתיות ויכולת להתמודד בסיטואציות חברתיות עם אחלה יחסי אנוש. שאני עדיין אוהבת ללמוד ויש לי גם יכולות קוגניטיביות טובות. אני אוהבת לעסוק באומנות, מצאתי מקום שבו הידיים יכולות להוציא דברים יפים, גם כשאני מרגישה את מחול השדים שבי מאיים לפרוץ החוצה.

אני שמחה שיצאתי למסע הזה גם אם הדרך הייתה לא ברורה ושעדיין לא מקסמתי את יכולתי, ולמרות ושתמיד הייתי חצי רגל בחוץ מתוך מחשבה הישרדותית.

עכשיו כשאני קצת יותר חכמה ממה שנכנסתי, אני יודעת להגיד שלא מחכה עתיד ורוד בזמן הקרוב, אני הולכת לעבוד קשה כדי לעזור לעצמי לצאת מעצמי ולהיפתח לחוויות חדשות, להיכרות עם אנשים חדשים. את דפיקות הלב המהירות תחושת המחנק שניה לפני כניסה להתקף חרדה אני אתרגם לי כהתרגשות בריאה. צמחתי בעוד קצת.

"גם אם לא ראית, איך לא ראית את זה באני מרגישה בסוף, שעשינו פה בחירה"

"בדרך" - תכנית שיקום תעסוקתי לנשים המתמודדות עם פוסט טראומה מורכבת

תמר קרוק ויעל לוין

הבריאות וקופות החולים ונותן הדרכה וליווי לרכזי מכינות ושנת שירות.

פגיעה מינית עלולה לפגוע בכול אחד מתחומי החיים ופעמים רבות גורמת לקשיים בתפקוד היומיומי. ג'ודית לואיס הרמן (1992)¹ המשיגה פוסט טראומה מורכבת המתפתחת כתוצאה מחוויות חיים של התעללות וטראומה מתמשכת, בעיקר בקונטקסט של מערכות יחסים בינאישיות אינטימיות; כגון טראומה מינית בילדות, גילוי עריות, זוגיות אלימה ועוד.

הרמן הגדירה את המאפיינים של פגיעה פוסט טראומטית מורכבת: היסטוריה אישית של חיים במצבי התעללות או רודנות מתמשכת; הפרעות בוויסות רגשי; שינויים בתודעה (כגון נתק מהעצמי, דיסוציאציה ואובדן תחושת מציאות); שינויים בתפישה העצמית; שינויים בתפישת המתעלל; הפרעות ביחסים עם אנשים אחרים; ושינויים במערכות של משמעות. לכל המאפיינים האלו יש השלכות כבדות משקל על מצבן הרגשי של הנפגעות, על תפקודן הכללי ועל תפקודן במישור התעסוקתי.

נפגעות פוסט טראומה מורכבת חוות פעמים רבות קושי רב בהשתלבות בעולם העבודה, קושי במיצוי היכולות האישיות והפוטנציאל התעסוקתי, קושי בהתמדה בעבודה וביציבות תעסוקתית. קשיים תעסוקתיים אלה פוגעים עוד יותר בדימוי העצמי של הנפגעות, מדרדרים בהתמדה את מצבן הכלכלי ומחמירים את בידודן החברתי.

משכך, נפגעות ונפגעים רבים נזקקים לשירותי המוסד לביטוח לאומי. לפני כעשור החל מרכז סיוע תל אביב בעבודה משותפת עם המוסד לביטוח לאומי. מה שהחל אז בקשרים אישיים וטיפול במקרים פרטניים, צמח ברבות השנים לקשר ממוסד שבמסגרתו בין היתר נפגעות ונפגעי תקיפה מינית מלווים על ידי מתנדבות. מרכז סיוע לזוגות הביטוח הלאומי.

"בדרך" הינו צעד נוסף בשיתוף פעולה זה, המאפשר לנפגעים ונפגעות

1 לואיס הרמן, ג' (1992). טראומה והחלמה. תל אביב: עם עובד.

מרכז סיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית תל אביב היה שותף במהלך השנה האחרונה למיזם חדשני וראשון מסוגו בישראל - תכנית "בדרך" לשיקום תעסוקתי לנשים המתמודדות עם פוסט טראומה מורכבת כתוצאה מפגיעה מינית.

"בדרך" הינה תכנית פיילוט ביוזמה והובלה של אגף השיקום של המוסד לביטוח לאומי וארגון "גשר" לשיקום תעסוקתי, בשותפות עם מרכז סיוע תל אביב. התוכנית המיועדת לנשים המתמודדות עם פוסט טראומה מורכבת ומוכרות כזכאיות לשירותי שיקום תעסוקתי על-ידי המוסד לביטוח לאומי.

מרכז סיוע תל-אביב שם לו כמטרה ליזום, לעודד וליצור שיתופי פעולה עם כול גורם המעניק שירותים לכלל האוכלוסייה, על מנת ששירותים אלה יהיו נגישים לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית. הנגשת השירותים יכולה לכלול הכשרה והדרכה מתמשכת לעובדי השירות, התאמות של השירות כך שיהיה רגיש לצרכים של נפגעים ונפגעות וליווי ותמיכה לנפגעות ונפגעים הצורכים את השירות.

שירותים אלה יכולים להיות פרטיים, התנדבותיים או ממסדיים ולהנגשתם חשיבות מכרעת ביכולתם של נפגעים ונפגעות להשתלב בחברה למרות השלכות הפגיעה והטראומה שחוו.

חשיבות יתרה יש להנגשת שירותים ממסדיים, כיוון שמעבר לאפשרות של הנפגעות והנפגעים לצרוך שירותים אלה ככול אחר, יש בכך משום מתן הכרה מצד הממסד בכך שפגיעה מינית היא תופעה חברתית ושיש לחברה אחריות לגביה.

כך לדוגמא, מרכז סיוע תל אביב מעביר השתלמויות לחוקרים.ות בתחום אלימות במשפחה בשיתוף פעולה עם משטרת ישראל, מכשיר מיילדות, אחיות במחלקות פסיכיאטריות, רופאים.ות מקצועיים (עור, גניקולוגיה, אורולוגיה, גסטרו, שיניים) ופזיותרפיסיות.ים בשיתוף פעולה עם משרד

לזכות לשירות משמעותי בתחום החשוב כל כך של השתלבות תקינה בחיי עבודה.

המטרות המרכזיות של התוכנית היו לתת לנשים הזדמנות להשתלב באופן הדרגתי במעגל העבודה באמצעות שדרוג "ארגז הכלים התעסוקתי האישי", העצמה וחיזוק תחושת המסוגלות התעסוקתית, במקביל לחשיפה הדרגתית ומותאמת לעולם העבודה; מתן כלים של וויסות רגשי בתהליך ההתנסות התעסוקתית; והגדלת סיכויי ההשתלבות של המשתתפות בלימודים / הכשרה מקצועית ו/או עבודה בשוק הפתוח.

התוכנית כללה חלקים של למידה (אסטרטגיות למידה, אוריינות דיגיטלית, כישורי שפה, מתמטיקה יישומית, אנגלית); העצמה והכנה רגשית להשתלבות בעולם העבודה (קבוצת העצמה, קבוצת עיבוד החוויה הרגשית סביב ההשתתפות בתוכנית, קבוצת DBT - Dialectical Behavioral Therapy, קבוצת טיפול באמנות); וכן התנסות תעסוקתית מעשית במקומות עבודה, תוך ליווי ותמיכה.

מדובר בתוכנית אינטנסיבית, הפועלת 5 ימים בשבוע, אשר בין היתר מציבה יעדים ומטרות, מבקשת להתמודד עם מטלות ואתגרים, עם שדים וכאבים, שעוסקת ביחסים בין אישיים ותקשורת יומיומית עם דמויות סמכות, יוצרת דינמיקה הדומה לזו המתקיימת במקומות עבודה. תכנית זו נותנת לנשים המתמודדות עם פוסט טראומה מורכבת על רקע פגיעה מינית, שחוו קשיים ואף כישלונות בניסיון להשתלב בעולם התעסוקה, מרחב משמעותי בחיי היומיום, המאפשר להתמודד עם דרישות עולם העבודה בתוך מעטפת מתואמת ומכילה, תומכת ומעודדת.

כאמור, למרחב התעסוקתי משמעויות רבות בחיי הפרט, החל בתחושת העצמאות שיש למי שמפרנס את עצמו, עבור דרך חוויות מסוגלות וערך עצמי ועד לקיחת חלק במבנה החברתי הנורמטיבי.

אלמנטים העלולים להיפגע עקב טראומה מינית, לבטח בקרב מי שמתמודדות ומתמודדים עם פוסט טראומה מורכבת. לכן, הצלחה בהתמודדות עם עולם העבודה משמעותית למכלול חייהן ולמצבן הנפשי של נפגעות ונפגעי טראומה מינית.

מרכז סיוע תל אביב נתן רוח גבית לתוכנית בכללותה, היה שותף בעיצובה המקצועי והתאמתה לצרכים הייחודיים של נפגעות ונפגעים, העביר השתלמות בנושא פגיעה מינית לצוות "גשר" שהעביר את התוכנית מטעם המוסד לביטוח לאומי והפעיל שתי קבוצות טיפוליות (קבוצת עיבוד החוויה הרגשית וקבוצת ה-DBT).

לתוכנית התקבלו נשים אמיצות בטווח גילאים של עשרים פלוס עד ארבעים. חלק מהמשתתפות לא עבד כלל ולחלקן הייתה היסטוריה תעסוקתית שהעידה על חוסר מיצוי משמעותי של יכולותיהן בתחום התעסוקה וההכשרה המקצועית.

הכותבות הנחו במסגרת התוכנית קבוצה לעיבוד החוויה הרגשית של הנשים סביב השתתפותן בתוכנית. המפגשים הקבוצתיים התקיימו אחת לשבוע, לכל אורכה של התוכנית. הקבוצה סייעה בעיבוד חוויות רגשיות של שונות, חריגות ובושה הכרוכות בפגיעה הטראומטית שהן חוו ובאות לידי ביטוי בתפקודן התעסוקתי.

לדוגמה, משתתפות תארו איך הן התמודדו בעבר במקום עבודה במצבים של התקף חרדה מסיבי או במצבים של ניתוק דיסוציאטיבי. הנשים העלו בקבוצה התלבטות האם ואיך לשתף או לא לשתף א/נשים במקום העבודה ביחס לפגיעה הפוסט טראומטית שלהן.

הקבוצה היוותה מרחב בטוח שבו המשתתפות יכלו להעלות חוויות של אמביוולנציה ביחס לשיקום התעסוקתי עצמו: מאבק פנימי בין הייאוש, דלדול הכוחות והכאב הנפשי המצמיים של החוויה הטראומטית; לבין כוחות החיים, התקווה וההשתוקקות לצמיחה והתפתחות אישית - נפשית, מעבר לחוויית הטראומה.

בנוסף, דרך עיבוד חוויות שונות שעלו בקשרים הבין אישיים בקבוצה, כולל חוויות של מתח וקונפליקט בין המשתתפות לבין עצמן וכן בין המשתתפות למנחות, הקבוצה אפשרה פיתוח ושכלול מיומנויות תקשורת בין אישית אפקטיבית, שיש להן חשיבות רבה בהמשך תפקוד בעולם העבודה.

ישנה חשיבות רבה ללמידה ולהפקת לקחים מקצועיים מתוכנית הפיילוט.

אנו מתרשמות שהתוכנית סייעה בהפחת תקווה, חיזוק חוויית המסוגלות האישית והעלאת המוטיבציה של הנשים להשתלבות בעולם העבודה.

תוכניות הליווי השיקומי האישיות הניתנות על ידי אגף השיקום של המוסד לביטוח לאומי ימשיכו גם לאחר סיום תוכנית הפיילוט הנוכחית וחשוב שגם בעתיד תוכניות אלו יהיו נגישות לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית.

עצם קיומה של תכנית "בדרכך" מגלם את המחויבות המוסרית שלנו כחברה למתן ליווי, סיוע ושיקום של נפגעות פוסט טראומה מורכבת ושל נפגעות טראומה מינית. אנו מברכות על תכנית חשובה זו ומקוות בכל ליבנו להמשך יישום התוכנית בעתיד, כך שכול נפגעת ונפגע יוכלו למצוא את דרכם ולהשתלב בעולם התעסוקה, למרות השלכותיה הקשות של הפגיעה שעברו.

* תמר קרוק - עו"ס MSW, "גשר" - שרותי השיקום התעסוקתי של ישראל, ומנחת קבוצות תמיכה במרכז סיוע תל אביב
** יעל לוין - עו"ס MSW ופסיכותרפיסטית ומרצה בתוכנית תלת שניתית לפסיכותרפיה פסיכודינמית וטיפול בטראומה מינית של אוניברסיטת בר אילון בשיתוף מרכז סיוע תל אביב

אזיר

עדן שפילמן

למירי מרגלית

לא בקִשְׁתְּ שְׁאֲשֹׁבֶר שְׁתִּיקָתִי
לא הפְרַעְתְּ לַחֲשֶׁךְ שְׁלִי
לא גִרַשְׁתְּ שְׂדִים
הִצְטַרַפְתְּ לְדִמְמַת הַמּוֹת
וְהִכְנַסְתְּ אֶזֶר כְּדִי
שְׁאֲנִשִּׁם

מתוך הספר: "חיה בכל עונותיה"

ובחרת בחיים

עדן שפילמן

אל תמחי דמעותיך יפה
אל תשתיקי דמעות מבלבלות
בחדרי השגעון
אשר אינם מחלימים
את מגע ידו הענקית
בכבדות על פניך,
וכשנשימות גופו נשמעות,
כשלחש שפתיך בפיו,
דמעות זולגות, זולגות,
וגם כשעברו השנים
כשאף מול מראה
את יודעת,
רק את יודעת כי
תשוקתך היא למות
ובחרת בחיים.

מתוך הספר: "חיה בכל עונותיה"

על דבר אחד חשוב ארגוני המורות והמורים עוד לא נאבקים

גבריאלה סטריהן גורודישר*

בימים האחרונים התבשרנו כי החל משנת הלימודים הבאה יחויבו בתי הספר לקיים שיעורים על מיניות בריאה. הבעיה היא שכל המשאבים וחוזרי המנכ"ל בנוגע למוגנות במערכת החינוך, נוגעים לתלמידות והתלמידים שלומדים בבתי הספר, אך לא קיימת בהם התייחסות לצוותים החינוכיים עצמם.

בניגוד למקומות עבודה אחרים, בתי הספר אינם מחויבים במינוי של ממונה על הטרדות מיניות פנים ארגונית, ומי ממלאת את התפקיד היא ממונה מטעם המחוז, שלא נמצאת פיזית בבתי הספר ולא מכירה את הצוותים. לפי דו"ח של אגף המשמעת בנציבות שירות המדינה, בשנת 2020 הוגשו רק 74 תלונות על הטרדות מיניות במשרד החינוך, המעסיק מעל 160,000 עובדות ועובדים.

אין המשמעות היא שלא מתקיימות פגיעות מיניות בקרב ציבור המורות והמורים, אלא שבהיעדר תרבות ארגונית שמאפשרת ומעודדת לפנות לעזרה במקרה של פגיעה, הפגיעות מושטקות ולא מטופלות. רק לאחרונה חויב משרד החינוך בתשלום פיצויים למורה שהעידה כי נפגעה מינית על ידי קולגה. בית הדין לעבודה אמנם לא מצא כי התקיימה פגיעה בעלת אופי מיני באותו מקרה, אך משרד החינוך חויב במתן פיצויים למורה בשל הטיפול הלקוי והתממהות בבירור המקרה.

בדיון הציבורי הקיים כעת לגבי תנאי העסקה של המורות והמורים, מן הראוי לדבר גם על היבט המוגנות של הצוותים החינוכיים. אם במגזרים אחרים כבר הפנימו את החשיבות בהפיכת התרבות הארגונית לבטוחה עבור עובדיה, הגיע הזמן שגם חדרי המורות והמורים יהפכו למרחבים בטוחים עבור אלה שאמונים לחנך ולשמור על המוגנות של הילדות והילדים שלנו.

* מנהלת תחום מניעת הטרדות מיניות במקומות עבודה, מרכז סיוע תל אביב

רוחות של שינוי סוחפות איגודים, ארגונים ומקומות עבודה בשנים האחרונות. במחלקה של מניעת הטרדות מיניות במקומות עבודה אנחנו מרגישות ומרגישים את השינוי באופן יומיומי. זאת לאור הביקוש העולה להכשרות שלנו, וכשלארשונה פונים אלינו גם מקומות עבודה שהחוק לא מחייב אותם לעבור הכשרה, אך הם מבינים את חשיבותה ואת הצורך להפוך את מקומות העבודה למרחבים בטוחים עבור העובדות והעובדים בהם.

ההכשרות והסדנאות שלנו מותאמות לצרכים הייחודיים של כל ארגון ומקום עבודה, ועוסקות בהתנהגויות האסורות על פי חוק, בדינמיקה הייחודית של הטרדה מינית במקומות עבודה ובחובות המעסיק והממונה על הטרדות מיניות במקרים בהם התקיימה פגיעה מינית בארגון. אחד האתגרים העיקריים בעבודה שלנו הוא לזהות את הנורמות שהופכות להיות שקופות בעקבות התרבות הארגונית.

אם ניקח את עולם המחול כדוגמה (תחום שבשנים האחרונות ניכרת בו התעוררות חיובית במודעות לתופעת הפגיעות המיניות), הרי שמעצם היותו הוא משלב פעמים רבות מיניות, מגע ועירום. אבל האם כשרקדנית מופיעה בעירום על הבמה כחלק מהאומנות שהיא יוצרת, היא בהכרח מרגישה בנוח בעירום גם בתא ההלבשה לצד רקדנים אחרים, עובדי במה ותאורנים שנכנסים לתאים בדרך השגרה? או האם למורה למחול קיימת הזכות להעיר לרקדן או רקדנית על ממדי הגוף שלהם בעולם שמעצם היותו קיים בו משטור של הגוף?

אלה דוגמאות לשאלות שעולות בהכשרות שלנו, בהן אנחנו בודקים ביחד עם המשתתפים את הנורמות והגבולות הפנים ארגוניים ועוזרים להם ליצור נורמות חדשות ולהפוך את מקום העבודה למרחב בטוח יותר.

לצד מקומות עבודה וארגונים שכבר הפנימו את רוחות השינוי המתחוללות בשנים האחרונות, עדיין קיימים לצערנו גם מקומות שמדשדשים מאחור. דוגמה מובהקת לכך היא מערכת החינוך. במשרד החינוך דווקא קיימת מודעות הולכת וגוברת לתופעת הפגיעות המיניות והניסיון למנוע אותה. יותר ויותר מחוזות ובתי ספר מזמינים את הסדנאות של מרכז הסיוע ורק

של מי העסק הזה?

ליאור גל כהן*

להתערב או לא? למה זה צריך לעניין אותי אם מישהו אחר ניפגע?
ועוד לפני כל כך הרבה שנים? (שילך לעוד טיפול ויעזוב אותנו בשקט)

פגיעה מינית, בדרך כלל, קורית ליחידים (ואז אנחנו שמחים שזה לא אנחנו).
בדרך כלל, הם לא יספרו מיד כשזה קורה (מכל מיני סיבות).
בדרך כלל, הם ינסו "לשכוח" ולהמשיך הלאה.
בדרך כלל, הם לא ממש יצליחו.
בדרך כלל, יצטרכו להתמודד עם הפגיעה עוד הרבה זמן (לפעמים כל החיים)

הרבה מחירים משלמים בדרך.

בדרך כלל, מי שפוגע, ממשיך בחייו "כרגיל", אם השתיקה מסביב נמשכת.
ולפעמים קורה משהו אחר, היוצא מן הכלל.
לפעמים נפגעות/ים לא שותקות (לרוב הגוף לא שותק). וגם משלמות על זה מחירים. אני יודעת, הייתי שם.

לפעמים מתמודדים ומטפלים וממשיכים לחיות (אפילו טוב). וגם משלמים על זה מחירים. אני יודעת, ככה חיה כעת.
ולפעמים גם מי שפוגע נאלץ להתמודד עם מעשיו ולתת את הדין, בבית המשפט או בחברה הסובבת, ולשלם על זה מחירים.

וזו קורה יותר ויותר. איך זה קורה? מתי זה קורה?

כשבוחרים איזה מחירים יכולים/רוצים לשלם.

כשהסובבים - משפחה, קהילה, החברה מסביב - לא מוכנים להתייחס בסובלנות לאלימות מינית ואומרים דברם. כל תגובה וגם כל אי-תגובה הם אמירה! (גם ישיבה על הגדר היא אמירה).
ו.. משלמים על זה מחירים.

ב"עסק" הזה תמיד משלמים מחירים. אם מתוקף חוק ואם מתוקף כללים חברתיים (שעליהם אנו רוצות להשפיע).
שילמתי על שתיקה, שילמתי על הניסיון להתעלם מהפגיעה, שילמתי על דיבור, שילמתי על עשייה וניסיונות לשנות כללים.

אני עדיין משלמת מחירים, אבל כעת יש לי יותר אפשרויות בחירה.
ההתמודדות אינה החלטה האם לשלם מחיר, אלא איזה מחיר.
פגיעה מינית קורית ליחידים אולם היא "העסק" של כולנו!!
איזה מחיר את/ה מוכנה לשלם בשביל.....

* מתנדבת במרכז סיוע תל אביב, יוזמת ופועלת ליצירת תרבות מניעת אלימות מינית

פרויקט "בוקר של בריאה"

טל בן ארצי ודנה שאול*

"בוקר של בריאה" הוא פרויקט פיילוט פורץ דרך שיזמנו השנה מתוקף ההתמחות שלנו כסטודנטיות לעבודה סוציאלית במרכז הסיוע.

הפרויקט כלל שבע סדנאות בנושאי יצירה, כישורי חיים וחיבור גוף-נפש, שהועברו בהתנדבות על ידי נשות מקצוע בתחומים אלו. אוכלוסיית היעד של הפרויקט היתה נשים מעל גיל 18 שעברו פגיעה מינית.

הפרויקט נולד בעקבות ההבנה שלנו כי נשים רבות חשות צורך במרחב חברתי מעשיר בתוך מרכז הסיוע שאינו מרחב טיפולי ואינו עוסק ישירות בפגיעה, מרחב שיכול להפיג את בדידותן ולעזור להן להתפתח בתחומים שונים. הצורך במרחב חברתי-העשרתי עלה בעיקר מאז תחילת תקופת הקורונה, כשהיה צמצום משמעותי באינטרקציות בין-אישיות ומספר רב של מסגרות חיצוניות שהפסיקו את פעילותן.

למרות התכנון הארוך והמוקפד בנוגע לאופי המרחב וגבולותיו, בזמן אמת הוא שינה את צורתו והתעצב על-ידי חברות הקבוצה בדרכים שלא יכלנו לצפות. בתכנון ההתחלתי, היה לנו חשוב לשמור על המרחב כהעשרתי בלבד, בלי שיתופים אישיים שלא קשורים לתוכן הסדנה, ובוודאי שללא אזכורם של תכנים הקשורים לפגיעה המינית. עם הזמן, וככל שקיימנו יותר סדנאות, גילינו שני דברים: ראשית, שלא באמת ניתן לנתק באופן טוטאלי את הפגיעה המינית והשלכותיה מאף אחד מנושאי הסדנאות (העשרתיים ככל שיהיו), היא צצה שוב ושוב בצורותיה השונות; שנית, דווקא השיתוף האישי וחשיפת המשתתפות אחת בפני השנייה יצרו מרחב מקבל ותומך המושתת על הזדהות ואחוזה נשית אמיתית.

כשנתקלנו לראשונה בשיתוף של המשתתפות בפגיעה שאלנו את עצמנו מחדש האם אנחנו פותחות פתח לשיתופים מסוג זה?
האם זה יהפוך את הקבוצה לבעלת אופי טיפולי?
האם זה יגרום נזק לשאר המשתתפות שמצידן הגיעו למרחב העשרתי בלבד?

לצד השאלות המטרידות שמיד קפצו לנו לראש, הצלחנו גם לזהות את החשיבות בלתת במה לקולן של המשתתפות. להפתעתנו, השיתוף האישי יצר אפקט הפוך ממה שחשבנו: בין המשתתפות נוצרו אחווה והזדהות טבעית שלא דרשו יותר מדי מילים, שלא היו קשורות להיכרות מוקדמת ושהצליחו להתרחש בתוך מרחב שאינו טיפולי.

המשתתפות זכו לחיבוק מטאפורי מחברותיהן לסדנה והרגישו תחושת משמעות על כך שיכלו להיות לעזר זו עבור זו. אנחנו מצידנו, הרגשנו בנות מזל על כך שיכולנו לתת מקום לחיבור האותנטי והמרגש הזה.

*סטודנטיות לעבודה סוציאלית, מרכז סיוע תל אביב

תודה גדולה לשותפים שלנו לעשייה

The Alexander Grass Foundation
ARPEELY Ltd
Dan Nir and Jill Braufman
The Frederick J. Isaac Philanthropic Fund
The Goodman Family Supporting Fund
The Jewish Women's Foundation of Chicago
The Kathryn Ames Foundation
Marlene Nathan Meyerson Family Foundation
Morton H. Meyerson Family Tzedakah Fund
The PEF Tzedakah Fund
Sally Gottesman
The Seed the Dream Foundation
The Schusterman Foundation- Israel
The Shores Charitable Trust
The Sklare Family
Tmura- The Israel Public Service Venture Fund
The Trump Family Foundation
The Ruth and Eduard Snatager Foundation
The Ullman Charitable Trust
XT Holdings Ltd

חברת ביטוח AIG
IBI בית השקעות
אלטשולר שחם
ביטוח ישיר
ביטוח לאומי
דיספל"י בע"מ
ורוניס מערכות ב"מ
יוסי בר נתן
יונתן ירון ודניאלה ירון צולר
מיטב דש בית השקעות
משרד הרווחה והשירותים החברתיים
משרד עורכי דין יוסף תמיר ושות'
מתן- משקיעים בקהילה
עיריית גבעתיים
עיריית פתח תקווה
עיריית ראשון לציון
עיריית רמת גן
עיריית תל אביב- יפו
צ'ק פוינט
קרן אריסון
קרן בוקסנבאום- נטע
קרן יוסף וקריסטינה קסירר
קרן משפחת אליה

כל העשייה הענפה והברוכה הזו לא יכלה להתבצע ללא העבודה המסורה של:

צוות המרכז

מרים שלר מנכ"לית המרכז

אייל ויזנר מנהל שיווק במחלקה החינוך ופרויקט לילה טוב

אריאלה פרטיג מנהלת תחום חינוך פורמלי

גבריאלה סטריהן גורודישר מנהלת תחום מניעת הטרדה מינית במקומות עבודה

טל מור מנהלת מערך ההתנדבות

יונינה פלנברג מנהלת תחום מגזר דתי וחרדי

יעל אפריאט / רותם מילשטיין מנהלת תחום סיוע

יעל שדות מנהלת תחום סיוע

ליז דדון מנהלת פרויקטים

לילי סלצברג מנהלת תחום חינוך בלתי פורמלי

לילך בן עמי מנהלת ליווי בהליך הפלילי

מירה כרמלי מנהלת ליווי בהליך הפלילי

נוי ארד מנהלת פיתוח משאבים

סיגלית יאבו אבני מנהלת לוגיסטיקה

עינב הסטן מנהלת הכשרות לנשות ואנשי מקצוע וקבוצות תמיכה

ערן האן מנהל קו הסיוע לגברים ונערים

קרן להמן מנהלת דיגיטל ותוכן

רותם שוחט מנהלת תחום מניעת הטרדה מינית במקומות עבודה

רחל אנגלנדר מנהלת פרויקטים וקשרי קהילה

הועד המנהל

אילה אתר

דרור שוורץ

טליה רוזמן

מיכל שקד

נורית סער שועלי

סיגל פז

עמית פירסטנברג

ועדת ביקורת

סיגל ענברי

ענת פרין

שירי כהן סטילמן

תודה ל- 260 המתנדבות והמתנדבים במרכז,

העושים לילות כימים במלאכה.

מעל 750 המעצבים, המעצבות והחנניות שתורמים

לנו בבזאר "מתלבשות על זה" וכל התורמים

הפרטיים והעסקיים המשתפים איתנו פעולה

ותומכים בנו בנדיבות במשך השנה.

מרכז סיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית תל אביב הינו עמותה עצמאית הפועלת ללא מטרת רווח. העמותה מתקיימת מתמיכות ממשלתיות ומתרומות המוכרות לצרכי מס על פי סעיף 46 א' לפקודת מס הכנסה, אותן אנו מגייסות מידי שנה מקרנות, תורמים פרטיים ועסקיים ואירועי התרמה שאנו מפיקות בעצמנו.

כל תרומה למרכז סיוע תל אביב תתקבל בברכה ובהוקרה רבה. תרומתך תעניק לנו את הכוח והיכולת להמשיך בעבודתנו היומיומית בסיוע ובתמיכה באלפי נשים וגברים נפגעי תקיפה מינית הפונים אלינו מדי שנה, בפעילות הסברה, הכשרה והעלאת מודעות, בשיפור פניה של החברה הישראלית ובהפיכתה לחברה צודקת ושוויונית יותר.

תרומה באמצעות הדואר:

משלוח המחאה או מזומן לפקודת מרכז סיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית ת"א (ע"ר),
לכתובת: ת.ד. 6084 ת"א, 6016002

לאפשרויות תרומה נוספות צרו קשר:

Funds@ta1202.org | 03-6011917

מומלץ להתרשם עוד מפעילותינו הענפה באתר:

www.1202.org.il/local/telaviv

תרומה באמצעות כרטיס אשראי:

ניתן לתרום תרומה חד פעמית או קבועה באמצעות כרטיס אשראי באתר האינטרנט שלנו בעמוד "תרומה".

תרומה באמצעות העברה בנקאית:

לכבוד:

מרכז סיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית ת"א (ע"ר)

בנק לאומי, סניף פנקס מס' 832, ח"ן: 182600/78

תודה מקרב לב על התמיכה בפעילות שלנו!
יחד נאבק בתופעת האלימות המינית בחברה הישראלית.

**ברכות למתנדבות, למתנדבים ולתומכי
מרכז סיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית תל-אביב
על עבודת הקודש והעשייה הבלתי נלאית בסיוע בחומר
וברוח בזמן אמת לאלפי הפונות והפונים למרכז.**

**יהי רצון שהשוכן במרומים יעניק לכם
ברכה והצלחה במעשי ידיכם**

**יוסף ואלי בר-נתן
שובל סוכנות לביטוח בע"מ**

with



by

ARPEELY



GUARDIO



תודה

לעובדות ולמתנדבים במרכז
לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית
בתל אביב, על העשייה והפעילות
הכל כך חשובה

נמשיך לחזק ולתמוך
IBI בית השקעות



M E L L I U S[®]

House of Companies

נתינה אינה מסתכמת בתרומה בלבד,
אלא ביצירת שינוי.

מליוס גאה לתמוך בפעילות ובעשייה המבורכת
של מרכז הסיוע לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית
ומודה לכלל העובדות/ים והמתנדבות/ים
על חלקן/ם ביצירת עולם טוב יותר.



קרן צדקה לזכר מייכר יעקב-זיי
הנאמן: יוסף בר-נתן

**ברכות לעוסקים בצרכי ציבור באמונה
מרכז סיוע
לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית תל-אביב**

על יוזמותיכם ועשייתכם הברוכה מתוך אהבה
לזולת למען נפגעות ונפגעי תקיפה מינית.

גאים בשותפות עימכם
יוסף בר-נתן
נאמן הקרן

את.ה לא לבד



קו סיוע נשים 1202 | קו סיוע גברים 1203
קו סיוע לגברים דתיים וחרדים 02-5328000