

מערך שיעור – מסיבות, אלכוהול ומה שביניהם

כתבו: אריאלה פרטיג ויעל אפריאט, רכזות חינוך במרכז סיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית ת"א

חגי האביב (יום העצמאות, ל"ג בעומר) ותחילת הקיץ מהווים לצד החגיגות והמסיבות גם פוטנציאל לא מבוטל לניצול ופגיעה. יצירת שיח פתוח על הסכנות ומתן כלים להתמודדות עם תרחישים אפשריים יכולים לסייע במניעת פגיעות ובמתן מענה יעיל ומהיר למי שנפגעו.

למה חשוב להתייחס לנושא בכיתות?

בחגים ומועדים שונים, במסיבות ופסטיבלים, נערות ונערים (כמו גם מבוגרים) חוגגים באמצעות צריכת אלכוהול ו/או סמים, עם או בלי יציאה למקומות בילוי.

למרות שמכירת אלכוהול לקטינים היא אסורה, לרוב בני הנוער יש גישה קלה יחסית לאלכוהול ורובם לא יודעים לצרוך אותו בצורה אחראית. יתרה מכך, אלכוהול בשילוב עם לחץ חברתי מייצר סיטואציות פוגעניות שעלולות להתפתח לפגיעות מיניות חמורות.

שיח ישיר ופתוח בנושא מאפשר הקניית כלים להתנהגות אחראית ומניעה, לצד ערוץ פתוח וכתובת לעזרה במקרה שאכן התרחשה פגיעה.

מסרים מרכזיים:

- ❖ מותר לחגוג ☺
- ❖ צריכת אלכוהול ו/או סמים עלולה להיות מסוכנת, במיוחד אלכוהול זול ובכמויות גדולות.
- ❖ אין שום הצדקה לפגיעה מינית או כפייה מינית מכל סוג בחסות האלכוהול. שכרות היא לא תירוץ להתנהגות מינית אלימה.
- ❖ אם שתית ונפגעת מינית – זאת לא אשמתך! חשוב לקבל עזרה ממבוגר שסומכות/ים עליו.
- ❖ אחריות חברתית היא קריטית – חשוב לפתוח עיניים ואזניים, לדאוג לחברות ולחברים שאיתי, להתערב אם נראה שיש בעיה ולפנות לעזרה בעת הצורך.

דגשים למחנכת:

- ♥ שיחה בכיתה בנושא התנהגות מינית אלימה שונה מנושאים אחרים. הנושא רגיש ומורכב, יכול להעלות קשיים רבים, תוקפנות, אשמה, בושה ורגישות בקרב התלמידים והתלמידות. יש לעסוק בו באופן אחראי וקשוב לצרכים שלהם ולגבולות ולערכים שלך.
- ♥ בני הנוער חשופים לאכוהול וסמים וחלקם צורכים אותם באופן קבוע. שיח פתוח בנושא לא "יכניס להם רעיונות לראש" אלא יתן להם כלים להתמודד טוב יותר עם המציאות שבה הם נמצאים גם ככה.
- ♥ חשוב להיזהר משיפוטיות ומהטלת אשמה על נפגעות ונפגעים שנפגעו כשהיו שיכורות/ים. האשמים בפגיעה הם הפוגעים.

♥ חשוב להגיד בתחילת המפגש ובסיומו שהנושא יכול להיות מאוד מציף וקשה, ושאם מישהו/י מרגיש/ה צורך לדבר על זה עם מישהו מחוץ לביה"ס תמיד אפשר לפנות למרכזי הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית. לפעמים גם אם לא קרה לנו משהו, אלא "רק" היינו עדים לפגיעה, זה משפיע עלינו ויכול להיות קשה ומעיק – חשוב לדבר על זה. להזכיר שהפניה למרכזי הסיוע היא אנונימית, ושיש קו לנשים – 1202 וקו לגברים – 1203 (לכתוב על הלוח). להזכיר כמובן גם גורמים בתוך ביה"ס שאפשר לפנות אליהם, ולהדגיש שאם יש משהו שמעיק – חשוב לא להישאר עם זה לבד ולקבל תמיכה.

מהלך:

חלק ראשון: אלכוהול

לשאל: איך האלכוהול משפיע על הגוף?

אפשר לתת לתמידים לענות ואז להסביר קצת בעצמנו: האלכוהול הוא סם שמשפיע על הגוף ועל המוח. חלק מההשפעות שלו הן זמן תגובה ארוך יותר, שחרור עכבות, ירידה בשליטה העצמית, השפעות פיזיות כגון כאב ראש, סחרחורת, בחילה, הקאות ועילפון. חשוב לציין שאלכוהול לא מחמם והוא עלול לגרום להתייבשות ואף להיפותרמיה. ההשפעות של הסם תלויות באיכות ובכמות שלו.

* חשוב להדגיש כי האלכוהול משפיע על כל אחת ואחד אחרת. כמות זהה יכולה להוביל לתגובות שונות אצל אנשים שונים.

לשאל: למה אנחנו צורכים אלכוהול או סמים?

תשובות אפשריות: זה עניין תרבותי (יין קידוש, מנהגים בארצות המוצא), כדי לשחרר עכבות, לחץ חברתי, "זה כייף", להתגבר על מבוכה...

* חשוב להעלות את עניין המבוכה ושחרור העכבות אם הוא לא עולה מהכיתה. הרבה פעמים אנחנו "מתחבאים" מאחורי האלכוהול כדי לעשות דברים שלא היינו מעזים או מעלים על דעתנו לעשות במצב אחר.

מבחינה חוקית – אין איסור על צריכת אלכוהול אלא רק על מכירה. כמובן שעדיף לא לצרוך ולא לצרוך בכמות מוגזמת, אבל קטינה/ה שצרכה/ה אלכוהול לא עברה/ה על החוק.

חלק שני: אלכוהול, מיניות, רצון והסכמה חופשית

לשאל: מהי הסכמה חופשית?

הסכמה חופשית היא הסכמה שנובעת מרצון הדדי, וניתנת באופן מפורש. זהו מצב שבו לא מופעל לחץ, מצב שבו אפשר להסכים אבל אפשר גם לסרב, בלי לחשוש שיקרה לך משהו רע. הסכמה חופשית מחייבת מודעות של שני הצדדים ואחריות של שני הצדדים.

לשאל: איך נזהה רצון והסכמה חופשית של הפרטנר/ית?

תשובות אפשריות:

- לשאל - זו הדרך הכי טובה לדעת בביטחון האיך הפרטנר/ית מרגיש/ה.
- לשים לב לשפת גוף: יש קשר עין? הצד השני פעיל/ה גם? המגע הוא הדדי?
- לשים לב לקצב: ההתקדמות הדרגתית? יש אפשרות להפסיק אם משהו לא נעים? יש אפשרות להסכים או לסרב לפני המעשה?
- שתיקה אינה הסכמה. אם לא קיבלת תשובה ברורה - פשוט לעצור.

חשוב להדגיש לבני הנוער שזאת האחריות של כל אחד מהצדדים לודא שלפרטנר/ית נעים וטוב. חלק מהקטע זה להיות מוכנים לשמוע "לא" ולהיות מוכנים להפסיק אם נראה לנו שמהו לא בסדר. אסור להמשיך בכל מחיר, כי המשמעות עלולה להיות פגיעה.

כשמדובר באלכוהול והסכמה חופשית נשאל את עצמנו האם היינו סומכים על האדם שמולנו לנהוג / להסיע אותנו / לבצע כל פעולה אחרת שדורשת אחריות רבה. אם התשובה היא לא - אז עדיף להימנע ממגע מיני.

כלל האצבע: אם הפרטנר/ית מעולפ/ת, שותק/ת/ לא משתפ/ת פעולה, תלויה באדם אחר כדי ללכת או להגיע הביתה, מסוחרר/ת עד שמקיא/ה או לא מביעה/ה הסכמה בצורה מפורשת - אסור להמשיך!!

חשוב להבהיר שהמשמעות של ביצוע מעשים מיניים במישהו שלא נמצע במצב שמאפשר הסכמה חופשית היא אונס. כלומר, אם נראה לי שהיא / הוא ממש שיכורים ואני ממשיך בכל זאת, אני עובר למרחב של פגיעה.

חלק שלישי: תפקיד העומדים מן הצד

לרוב בני נוער לא שותים לבד, ובטח שלא חוגגים לבד. חלק מהבילוי המשותף זו אחריות משותפת, לשמור על מי שאיתו יצאתי שיחזרו בשלום (ולדעת שהם ישמרו עלי).

נחלק את התלמידים לקבוצות, כל קבוצה תקבל סיטואציה (בסוף המערך). התלמידים ידונו ויציגו במליאה - מה היו עושים במצב הזה?

מסרים שחשוב שיובהרו בדיון:

1. יש לנו אחריות על החברות והחברים שלנו – זה אומר גם לא להפעיל לחץ לשתות (=לכבד גבולות!!), וגם לא להפקיר אותן/ם במהלך הערב.
2. אם רואים סיטואציה בעייתית, שנראה שיש בה כפיה או הטרדה או שמישהו במצב גופני רע – חשוב לפעול. אפשרויות פעולה: להתערב בעצמנו ולשאל אם צריך עזרה, לחפש מבוגר/ת אחראי בסביבה (ברמנית, מאבטח, שוטר), להתקשר לעזרה (הורים, משטרה, מד"א).
3. לא משאירים חברות/ים לבד. בטח ובטח לא חברות/ים שיכורות/ים.
4. עדיף לבקש עזרה ממבוגר מאשר להשאיר חבר/ה במצב מסכן חיים

סיכום: למי אפשר לפנות?

חשוב להזכיר את קווי הסיוע – 1202 לנשים, 1203 לגברים - ואת הגורמים בבית הספר שמהווים כתובת לכל סוגיה, תחושה או לבטים שקשורים בנושא של פגיעה מינית.

ניתן לקרוא בהרחבה על עקרונות הסיוע [כאן](#).

מידע נוסף על הסדנאות החינוכיות של מרכז הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית [כאן](#).

בכל שאלה ניתן לפנות אל רכזות החינוך במרכזי הסיוע בטלפון 1202

סיטואציות:

יצאתם למסיבה, אתם רואים מישהי ממש שיכורה לבד וחבורה של בנים
ניגשת אליה. מה תעשו?

חבר שלכם שתה קצת יותר מבדרך כלל. הוא מנסה להתחיל עם מישהי
במסיבה אבל היא ממשיכה לרקוד עם חברות שלה ומנסה להתחמק. הוא
ממשיך בכל זאת. מה תעשו?

את וחברה שלך שתיתן יחסית מעט. אחרי כמה זמן היא אומרת שהיא
מרגישה ממש לא טוב ורוצה ללכת הביתה. את רוצה להישאר. מה תעשו?