

מערך שיעור לגילאי תיכון – מסיבות ערב השנה החדשה (הסילבסטר)

מערך מטעם מחלקת החינוך במרכז סיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית ת"א

ערב השנה החדשה ומסיבות הסילבסטר מזמנים לצד החגיגות גם פוטנציאל לא מבוטל לניצול ופגיעה. יצירת שיח פתוח על הסכנות ומתן כלים להתמודדות עם תרחישים אפשריים יכולים לסייע במניעת פגיעות ובמתן מענה במידה והתרחשה פגיעה.

למה חשוב להתייחס לנושא בכיתות?

חגיגות הסילבסטר הפכו לנורמה תרבותית בישראל. בדומה לימי חג אחרים, גם בערב השנה הלועזית החדשה נערו 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 ובנות הנוער יש גישה קלה יחסית לאלכוהול ורובם לא יודעים לצרוך אותו בצורה אחראית. יתרה מכך, אלכוהול בשילוב עם לחץ חברתי מייצר סיטואציות מבלבלות שעלולות להתפתח לפגיעות מיניות חמורות.

שיח ישיר ופתוח בנושא מאפשר הקניית כלים להתנהגות אחראית ומניעה, ובמקביל ממצב את הצוות החינוכי ככתובת לעזרה במקרה שאכן התרחשה פגיעה.

מסרים מרכזיים:

- מותר לחגוג ☺
- אפשר גם לא לחגוג, או לחגוג בדרכים שונות ומגוונות. לא כל בני ובנות הנוער מעוניינים ביציאה למסיבות, בשתיית אלכוהול ובמגע מיני.
- 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 בערב שכזה – חשוב לפתוח עיניים ואזניים, לדאוג לחברות ולחברים שאיתן, 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/ן.
- ♥ בני ובנות הנוער חשופים לאלכוהול 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.

מחלקת חינוך והסברה לנוער

חינוך פורמאלי: 052-444-0235 | schools@ta1202.org

חינוך בלתי פורמאלי ונוער במצבי סיכון: 052-682-8833 | youth@ta1202.org

קווי סיוע: 1202 - מענה ע"י נשים | 1203 - מענה ע"י גברים | KolMila - צ'אט אנונימי



- ♥ חשוב להיזהר משיפוטיות ומהטלת אשמה על נפגעות ונפגעים שנפגעו כשהיו שיכורות/ים. האשמים בפגיעה הם הפוגעים/ות.
- ♥ 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 שעונות בו נשים – 1202, קו שעונים גברים – 1203, וצ'אט – KolMila** (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 א' - הצגת הנושא

נסביר שבשיעור הקרוב נדבר על חגיגות השנה החדשה, על הפוטנציאל החיובי לצד האחריות האישית שלנו בשמירה על מרחב נעים ובטוח עבור כולם.

נאמר שהנושא יכול להיות מציף לחלקנו, שנרצה שיהיו קשובים לעצמם, ושאם מישהו/י ירגיש צורך לדבר על זה בהמשך אפשר לפנות אליכם וכן **תמיד אפשר לפנות בצורה אנונימית למרכזי הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית.**

חלק ב' - אלכוהול ומסיבות

נשאל: מה אנחנו אוהבים במסיבות/ מפגשים חברתיים?

זו הזדמנות לתת לקבוצה מקום לבטא את האיכויות החיוביות של מסיבות ומפגשים חברתיים (יצירת קשרים, בילוי עם חברות/ים, פעילות שוברת שגרה וכו').

נאסוף את הדברים שעלו ונגיד שלמפגשים חברתיים ומסיבות אכן יש פוטנציאל להיות חיוביים ומהנים, ועל מנת שיהיו כאלה יש לנו אחריות לשמור על עצמנו בתוכם, וכן על מי שסביבנו.

נזכיר שכל אחד ואחת יכולה לבחור איך לחגוג (אם בכלל) את השנה החדשה, זה יכול להיות גם בבית עם סרט בנטפליקס. ניתן מקום גם לאפשרות שלא כולם/נהנים/ות או מתעניינים/ות במסיבות, בשתיית אלכוהול ובמגע מיני.

נשאל: למה אנחנו צורכים/ות אלכוהול או סמים? אפשר לעשות על הלוח שמש אסוציאציות ולכתוב תשובות שעולות מהקבוצה.

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

* 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.

נשאל: איך האלכוהול משפיע על הגוף?

אפשר לתת לתלמידים/ות 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.

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

חלק ג' – הסכמה חופשית ודרכים לביורור הסכמה

נשאל: 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.

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

תשובות אפשריות:

- **לשאל!** זו הדרך הכי טובה לדעת בביטחון האיך הפרטנר/ית מרגיש/ה. "אפשר לנשק אותך?", "זה נעים לך?" - לנרמל שאילת שאלות, זה לא חייב להיות מביך (מביך יותר לנשק מישהי שלא בעניין שלנו).
- **לשים לב לשפת גוף** - יש קשר עין? הצד השני פעיל/ה גם? המגע הוא הדדי?
- **עיקרון 30%-70%** - אפשר להתקרב 70% ואז לאפשר לצד השני לעשות את ה-30% הנותרים כדי לוודא שהוא/היא בעניין.
- **לשים לב לקצב** - ההתקדמות הדרגתית? יש אפשרות להפסיק אם משהו לא נעים? יש אפשרות להסכים או לסרב לפני המעשה?
- **שתיקה ≠ הסכמה**. אם לא קיבלת תשובה ברורה – פשוט לעצור.

חשוב להדגיש לבני הנוער שזאת האחריות של כל אחד מהצדדים לוודא שלפרטנר/ית נעים וטוב. צריך להיות מוכנים/ות לשמוע "לא" ולהפסיק אם נראה לנו שמהו לא בסדר. אסור להמשיך בכל מחיר, זה מתכון לפגיעה.

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 היא/הוא מעולפ/ת, שותק/ת/ לא משתפ/ת פעולה, תלוי/ה באדם אחר כדי ללכת או להגיע הביתה, מסוחרר/ת עד שמקיא/ה או לא מביע/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.

***בהקשר הזה, ניתן להציג את "סרטון התה" - ביוטיוב ["מה הקשר בין סקס לכוס תה?"](#).**

חלק ד' - תפקיד העומדים מן הצד

לרוב בני נוער לא שותים לבד. חלק מהבילוי המשותף מביא אחריות משותפת, לשמור על החברים והחברות שאיתם/ן יצאתי שיחזרו בשלום (ולדעת שהם/ן ישמרו עלי).

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

במהלך הדיון על סיפורי המקרה חשוב להדגיש את המסרים הבאים:

- יש לנו אחריות על החברות והחברים שלנו - זה אומר גם לא להפעיל לחץ לשתות, וגם לדאוג לשלום/ם/ן במהלך הערב.
- אם רואים סיטואציה בעייתית, שנראה שיש בה כפיה או הטרדה או מישהו שנמצא 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).
- לא משאירים חברות/ים לבד. בטח ובטח לא חברות/ים שיכורות/ים.
- עדיף לבקש עזרה ממבוגר מאשר להשאיר חבר/ה במצב מסכן חיים.

סיכום

אין שום דבר רע בלחגוג! וכדי לשמור על החוויה החיובית חשוב לשים לב:

- צריכת אלכוהול ו/או סמים עלולה להיות מסוכנת. אם צורכים/ות אלכוהול חשוב לעשות זאת במידה.
- בכל מקרה - אין שום הצדקה לפגיעה מינית בחסות האלכוהול! שכרות היא לא תירוץ להתנהגות מינית אלימה. אם שתית ונפגעת מינית - זאת לא אשמתך!
- מגע מיני חיובי מתקיים תחת הסכמה חופשית. חשוב לוודא ששני הצדדים מעוניינים באמצעות הכלים לבירור הסכמה שלמדנו.
- בכל מקרה של מצוקה חשוב לקבל עזרה ממבוגר שסומכות/ים עליו ולא להישאר עם זה לבד.
- אחריות חברתית היא קריטית בערב שכזה - חשוב לפתוח עיניים ואוזניים, לדאוג לחברות ולחברים שאיתי, להתערב אם נראה שיש בעיה ולפנות לעזרה בעת הצורך.

זו הזדמנות להזכיר לבני ובנות הנוער שיש להם/ן הזכות לשמור על עצמן ולקיים מגעים מיניים מיטיבים.

חשוב להזכיר את קווי הסיוע - 1202 - מענה ע"י נשים, 1203 - מענה ע"י גברים, צ'אט KolMila, ואת הגורמים בבית הספר שמהווים כתובת לכל סוגיה, תחושה או לבטים בנושא.

נספח - סיטואציות:

יצאתם למסיבה, אתם רואים מישהי ממש שיכורה לבד ושלושה חבר'ה ניגשים אליה. מה תעשו?

חבר שלכם שתה קצת יותר מבדרך כלל. הוא מנסה להתחיל עם מישהי במסיבה ונראה שהיא לא בעניין. 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?

אתם יושבים לשתות בבית של חבר. אחת הבנות מתחילה לגעת בזרוע ואז ברגל של אחד החברים שיושב לידה. הוא לא ממש מגיב לזה ואת/ה לא בטוח/ה שהוא בעניין, והוא גם שתה די הרבה. מה תעשו?