



תכנית לקידום מיניות מיטיבה  
ומניעת אלימות מינית

**בְּיַתְוָז**

הכשרות  
לצוותי  
חינוך

סדנאות  
לתלמידות  
ותלמידים

תהליך  
מעורבות  
קהילתית

הרצאות  
וסדנאות  
להורים

מחלקת חינוך והסברה לנוער: 052-444-0235 | 03-3191160 שלוחה 200

אתר מרכז סיוע תל אביב | [schools@ta1202.org](mailto:schools@ta1202.org)

קוי סיוע - מענה ע"י נשים: 1202 | מענה ע"י גברים: 1203 | [kolmila](http://kolmila) - צ'אט אנונימי

  
**מרכז סיוע**  
לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית  
תל אביב

מחקרים עדכניים מהארץ ומהעולם בנוגע לתרבות אפקטיבית של מניעה יחד עם ניסיונו המקצועי רב השנים, מלמדים כי הדרך הטובה ביותר לצמצם את תופעת האלימות המינית בקרב בנות ובני נוער היא באמצעות: קידום שוויון מגדרי ומתן כלים וידע בנוגע למרכיביה של מיניות בריאה. התכנית החינוכית שלנו כוללת סדנאות פסיכו-חינוכיות, המתקיימות במעגלים אינטימיים וחוייתיים של שיח המעודדות שיתוף, למידה וצמיחה. הסדנאות מותאמות לכל גיל, על מאפייניו הייחודיים, ומתקיימות תוך הקשבה מלאה לצרכים של כל מסגרת חינוכית. הן מועברות במקצועיות ובאמפטיה על ידי צוות מוכשר ומיומן של מנחות ומנחים.



### מטרות התכנית:

- **קידום מיניות בריאה, בטוחה ומכבדת** אשר מבוססת על הסכמה חופשית, הדדיות, אמון ותקשורת.
- **קידום שוויון מגדרי** תוך פיתוח מודעות וחשיבה ביקורתית כלפי ההסללה המגדרית והאופן בו היא מעצבת את המיניות ומייצרת יחסי כוחות.
- **צמצום תופעת האלימות המינית**, על רבדיה השונים, תוך מתן ידע וכלים לזהות ולהבחין בין התנהגויות מיניות בטוחות להתנהגויות מיניות פוגעניות או סיכוניות.
- העצמה של נערות ונערים ומתן ליווי ותמיכה בתהליכים של **גיבוש הזהות האישית, המינית והמגדרית**.
- קיום שיח על **גבולות אישיים** ומצבים של לחץ חברתי ופיתוח **חשיבה ביקורתית** ועצמאית.
- **הכשרת שומרי סף** וסוכני שינוי חברתיים דרך העצמת היכולות של נערות ונערים לזהות סיטואציות לא בטוחות ולהגיב בזמן אמת.
- **הנגשת מקורות הידע**, התמיכה והסיוע בנושאי מיניות, זהות מינית ופגיעה המינית.

### מסגרת הפעילות:

- **מפגש הכנה לצוות החינוכי לקראת התהליך**: כלול במחיר הסדנאות לתלמידים/ות
- **בתי ספר יסודיים**: 2 סדנאות בנות 90 דקות לכל כיתה, מועברות בנפרד לבנים ולבנות
- **חטיבות ביניים ותיכונים**: 3 סדנאות בנות 90 דקות לכיתה, בחטיבה הסדנאות מועברות בנפרד לבנים ובנות, בתיכון החלוקה המגדרית נתונה להחלטת בית הספר
- **מערך סיכום ועיבוד למחנכיות הכיתות**: המחנכות והמחנכים יקבלו מערך שיעור שאותו מומלץ להעביר בסיום הסדנאות, מטרת המערך לסייע בחיבור הצוות החינוכי לתהליך ויצירת רצף חינוכי בשיח על הנושא
- **פרויקט "שגרירותים צעירותים"** במסגרת התכנית להתפתחות אישית ומעורבות חברתית – בהיקף של

60 שעות

## מחלקת החינוך שלנו מעבירה גם הרצאות וסדנאות לגורמים נוספים:

- **הרצאה לצוותים חינוכיים:** מקורות הידע על מיניות בקרב בני ובנות נוער וההקשר החברתי תרבותי של פגיעה מינית
- **הכשרה בת 3 מפגשים לצוותים חינוכיים:** "בין מיניות בריאה לפגיעה מינית". מתן מגוון רחב של ידע וכלים לטובת עיצוב ויצירה של אקלים בית ספרי בטוח לכולן/ם. זיהוי נורות אדומות ומתן כלים לסיוע ראשוני
- **הרצאה להורים:** תקשורת עם מתבגרים בנושא מיניות
- **תהליך בן 3-5 מפגשים להורים** - תקשורת ודיאלוג מייטיבים על מיניות עם מתבגרים עלות תהליך סדנאי - 3 מפגשים, בין 10-15 משתתפים.

## סדנאות לבתי ספר יסודיים - פירוט התכנים:

### סדנה שניה: "הגבול שלי, הגבול שלך"

- **בטוח/ לא בטוח** - הגדרת המושג "גבול", הגדרת ההבדל בין מגע בטוח לבין מגע מבלבל וההבדל בין "סוד טוב" לבין סוד שכדאי לשתף בו.
- **לתקשר את הגבול** - על ההבדל בין הגבולות האישיים של כל אחד ואחת ועל חשיבותה של תקשורת פתוחה סביב נושא הגבולות.
- **משחקי חברה ונורמות כיתתיות** - זיהוי נורמות חברתיות העשויות לחצות גבולות וקבלת כלים לשינוי הנורמות בכיתה תוך העצמת כוחם/ן של העומדים והעומדות מן הצד לשמש כסוכני/ות שינוי.
- **רשתות חברתיות וחשיפה לפורנוגרפיה** - עיצוב הגבולות האישיים הנוגעים לשימוש ברשתות החברתיות, קבלת כלים לזיהוי מצבי סיכון וכלים להתמודדות.

### סדנה ראשונה: "קשרים ראשונים"

- קיום שיח פתוח בנוגע למיניות ולשאלות המסקרנות את התלמידות והתלמידים, באופן המותאם לבשלות הקבוצה.
- **על תקשורת מכבדת בין המינים** - כיצד לבטא רגשות וגבולות אישיים מבלי לפגוע באחר/ת?
- נרמול הקצב השונה והייחודי של ההתפתחות הפיזיולוגית והרגשית ושל התחושות השונות בכל הנוגע לשינויים המאפיינים את תקופת ההתבגרות.
- **דימוי גוף בראשית גיל ההתבגרות** - על ההבניה המגדרית של תפיסת הגוף בקרב בנות ובנים.
- **להיות בן, להיות בת** - על הבניית התפקידים המגדריים בעולמם של תלמידות ותלמידי היסודי.

## סדנאות לחטיבות ביניים - פירוט התכנים:

### סדנה ראשונה: "על בנים ועל בנות"

- **על נשיות וגבריות** - השפעותיה של ההבניה החברתית-מגדרית על עיצוב המיניות, בדגש על המסרים השונים אשר מועברים לבנים ולבנות - דיון על המחירים החברתיים ועל הלחץ המופעל סביב ציפיות מגדריות ומיניות.
- **מה בין פורנוגרפיה למציאות?** מקומדיות רומנטיות ועד לפורנוגרפיה, ניתוח מעמיק וביקורתי של מקורות הידע של בני הנוער על מיניות ומתן מידע אמין על מיניות.
- **"פה עובר הגבול שלי"** מתן כלים להתנהלות סביב מצבים חברתיים מבלבלים תוך זיהוי גבולות ורצונות אישיים.
- **שווים ושוות** - מתן מקום ונירמול זהויות מגדריות והעדפות מיניות מגוונות.
- חשיבותה של **תקשורת** ככלי למניעת אי הבנות וליצירת קשרים חיוביים.

### סדנה שנייה: "בין מיניות בריאה לפגיעה מינית"

- **פגיעה מינית או הסכמה חופשית?** הגדרת המושגים תוך התמקדות בתנאים בהם מתקיימת או לא מתקיימת הסכמה חופשית אשר מבטאת את הרצונות האוטנטיים של שני הצדדים.
- **בין מגע בטוח למגע מבלבל** - על הדינמיקה המבלבלת של הפגיעה המינית בין בני נוער, תוך ניפוץ מיתוסים והפחתת שיפוטיות ואשמה. ניתוח מגוון מקרים של חציית גבולות ופגיעות מיניות.
- מתן כלים פרקטיים לבירור **הסכמה חופשית** במגע המיני.
- **מיניות בריאה** על שלל מרכיביה, הזכויות שהיא אמורה לממש והתחושות שהיא יכולה להעניק לנו.

### סדנה שלישית: "יחד בהסכמה"

- עידוד דיאלוג כנה אודות מיניות, ציפיות מגדריות סטריאוטיפיות ולחץ חברתי
- עיבוד התכנים שעלו בתהליך
- מתן לגטימציה ועידוד קבלת סיוע ותמיכה שצריך



## סדנאות לתיכונים - פירוט התכנים:

### סדנה ראשונה: "מיניות בריאה זה שם המשחק"

- מרכיביה של מיניות בריאה, בטוחה, מיטיבה ומכבדת.
- היבטים מגדריים של המיניות - על החינוך המגדרי השונה והמבדיל והשפעתו על עיצוב המיניות ועל התפקידים השונים המצופים בקשר הזוגי.
- שווים ושוות - מתן מקום לזהויות מגדריות והעדפות מיניות מגוונות.
- תסריט המיניות הפורנוגרפי - התבוננות ביקורתית על תפקידי המגדר בקיום יחסי המין ועל מקורותיהם.
- "מגע מדויק" - שיקולים לקיום מגע מיני יחסי מין. ניפוץ מיתוסים ומתן מידע אמין בנוגע ליחסי מין.
- "מתאים לי - לא מתאים לי" - מתן כלים לזיהוי רצונות וגבולות אישיים, תוך היכרות עם הלחץ החברתי סביב מיניות וזיהוי מרחבי הבלבול.

### סדנה שנייה: "מין, אלוהול, רשתות חברתיות ומה שביניהם"

- הגדרת המושג "פגיעה מינית" ומשמעויותיו השונות, תוך שימוש בדוגמאות.
- ניתוח המושג "הסכמה חופשית" ומתן כלים לבירור הסכמה ולתיווך הרצונות במפגש המיני.
- ניתוח מקרים מורכבים העוסקים בסוגיות: אלוהול, לחץ חברתי, רשתות חברתיות וכו'.
- תקשורת, הדדיות, בטחון, הסכמה חופשית ומרכבים נוספים כתנאי למיניות בריאה.

### סדנה שלישית: "בואו נדבר על זה"

- עידוד דיאלוג כנה אודות מיניות, ציפיות מגדריות סטריאוטיפיות ולחץ חברתי.
- עיבוד התכנים שעלו בתהליך



## צוותים חינוכיים - פירוט התכנים:

### מסגרת ההכשרה:

**אפשרות א'** – יום עיון – הרצאה ושתי סדנאות בחלוקה לקבוצות קטנות  
**אפשרות ב'** – תהליך הכולל 2-3 מפגשים באורך שעה וחצי-שעתיים - עד 15 משתתפות/ים בקבוצה  
**אפשרות ג'** – הרצאה באורך שעתיים בהתאמה לקבוצת גיל חט"ב / תיכון

### כלים לשיח חינוכי עם נוער על מיניות

- חסמים ואתגרים בשיח על מיניות
- אפיון התנהגויות מיניות של נערים ונערות
- השפעות המדיה והחשיפה לתכנים פורנוגרפיים על מיניות של נוער
- תיווך התכנים והצעת אלטרנטיבה מיטיבה ובריאה למיניות הדדית ושוויונית.
- כלים ודגשים לשיחה על מיניות

### הקשר חברתי ותרבותי של אלימות מינית

- מהי פגיעה מינית, נתונים וסטטיסטיקות על היקף התופעה תוך הבנת היבטיה החברתיים
- הבנת הייחודיות של פגיעה בבני נוער וצעירים, ובין בני נוער וצעירים במצבי סיכון
- תגובות פסיכולוגיות ורגשיות של נפגעות/ים
- בירור תפישות ועמדות ביחס לפגיעות מיניות



### בית הספר כמרחב בטוח

- שוויון מגדרי (שפה, לבוש, רגישות להטבקי"ת)
- מתי עובר הגבול? בין התנהגות מינית מותאמת ללא מותאמת
- עקרונות חינוכיים להתמודדות עם פגיעה מינית בבית הספר

## צוותים חינוכיים - המשך פירוט התכנים:

### פגיעה מינית והסכמה חופשית

- בין רצון והסכמה חופשית לניצול מיני
- הכרות עם הגדרת אלימות מינית על פי חוק
- בירור עמדות ואופני התייחסות אפשריים ל"מקרים אפורים"
- בין מיניות נורמטיבית לפוגענית בקרב בני נוער
- נערים נפגעים מינית - מאפיינים ייחודיים

### התערבות חינוכית: איתור, כלי סיוע והתמודדות עם סיטואציות

- מתן כלים לאיתור וזיהוי - "נורות אדומות".
- כיצד להוות כתובות לנוער נפגע אלימות מינית
- למידה ותרגול של כלי סיוע ראשוניים
- מתן כלים להתמודדות ושיח חינוכי בנושא מין ומיניות
- פיתוח דרכים לעידוד מיניות מיטיבה והסכמה חופשית
- הנגשת מרכז הסיוע ככתובת ללווי והתערבות בשעת משבר



## הורים - פירוט התכנים:

### מסגרת העבודה:

**אפשרות א'** - הרצאה חד פעמית

**אפשרות ב'** - **תהליך בן 3-5 מפגשים** - תקשורת ודיאלוג מייטיבים על מיניות עם מתבגרים עלות תהליך סדנאי (3 מפגשים, בין 10-15 משתתפים): 50 ש"ח למשתתפת/ת למפגש בתשלום מראש על כל המפגשים.

### חינוך מיני בריא ומיטיב -

העמקה בהיבטים שונים בהתפתחות המינית בגיל ההתבגרות והאתגרים שמלווים תהליך זה לצד מתן כלים לזיהוי הצרכים הקונקרטיים, חיזוק הדימוי והערכה העצמית של המתבגר/ת ולמידה על הצבת גבולות אישיים.

### היבטים מגדריים של מיניות -

מה זה מגדר? איך המגדר משפיע על תהליך ההתפתחות המינית של ילדינו? איך הוא בא לידי ביטוי בהתנסויות המיניות בגיל ההתבגרות?

### להטב"ק ולהטבופוביה

קונפליקטים של מתבגרות/ים שמתלבטים בזהותם המגדרית וההעדפות המיניות שלהם, מתן מידע אמין וכלים מושגיים בתחום, כלים לשיח תומך ומחבר עם המתבגר/ת בנושאים אלו

### חשיפה לפורנוגרפיה בקרב בני נוער

היכרות עם היקפי התופעה, נתונים והשלכות הצפייה בפורנו על מתבגרות ומתבגרים, מתן כלים לשיחה על הנושא ויצירת אלטרנטיבות ופיתוח חשיבה ביקורתית ועצמאית.

### "פגיעה מינית" ו"הסכמה חופשית"

כלים לזיהוי התנהגות מינית פוגענית וסימנים לזיהוי פגיעה בקרב מתבגרים/ות והתייחסות למבעים השונים בקרב בנות ובנים. היכרות עם כלי סיוע ראשוניים במקרה של פגיעה.

### מתן כלים ליצירת שיח עם ילדים

ומתבגרים בנושא מיניות - כיצד אנחנו מדברים/ות עם ילדינו על מיניות? אילו מקורות מידע אנחנו יכולים וצריכים להנגיש להם?



## רקע על מרכז הסיוע

מרכז הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית ת"א הוקם בשנת 1978 בכדי לסייע ולתת תמיכה מעשית ורגשית לנפגעות ולנפגעים וללוותן/ם בדרך הקשה שעליהן/ם לעבור בעקבות הפגיעה. המרכז הוא אחד מ-9 מרכזים הפועלים ברחבי הארץ, המרכז בת"א משרת את כל אוכלוסיית גוש דן, ומטפל בכרבע מכלל הפניות הארציות בנושאי תקיפה מינית. המרכז מעניק שירותי סיוע 7 ימים בשבוע 24 שעות ביממה. מטרת המרכז הינן הגשת סיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית והגברת המודעות הציבורית במטרה לצמצם את שיעור התופעה בישראל, זאת באמצעות סיוע, ליווי, חינוך והסברה, שדולה וסנגור.

מחלקת החינוך של מרכז סיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית ת"א פועלת למעלה מ-20 שנה להעלאת המודעות, לזיהוי ומניעה של אלימות מינית באמצעות סדנאות לבני נוער ולצוותים חינוכיים. המחלקה נותנת שירות לכל איזור גוש דן, ומעבירה אלפי סדנאות בשנה בבתי ספר ובמסגרות חינוך בלתי פורמאליות. תכני הסדנאות מותאמים לשלב ההתפתחותי ולמאפייני הגיל, תוך היכרות עם עולמם של בני הנוער והחוויות המיניות שלהן/ם בגיל זה, ונעשה בהן שימוש במתודות, סרטונים, סיפורי מקרה ועזרים שונים.

**התשלום מאפשר למרכז הסיוע להמשיך בפעילותו למען נפגעי/ות תקיפה מינית**

מחלקת חינוך והסברה לנוער: 052-444-0235 | 03-3191160 שלוחה 200

[schools@ta1202.org](mailto:schools@ta1202.org) | [אתר מרכז סיוע תל אביב](#)

קוי סיוע - מענה ע"י נשים: 1202 | מענה ע"י גברים: 1203 | [kolmila](#) - צ'אט אנונימי

