

רצון חופשי, הדדי ונלהב

מותאם למפגש פרונטלי ולמקוון - חטיבת ביניים ותיכון

משך פעילות: 45-60 דקות

מטרות:

1. המשתתפים ידעו לזהות ולהגדיר מה הוא רצון הדדי נלהב ביחסים אינטימיים ומיניות.
2. המשתתפים יפתחו אחריות חברתית ומוסרית וידעו מתי וכיצד להתערב בסיטואציה של מיניות ללא רצון חופשי, הדדי ונלהב.

רקע למורה

מערך שיעור זה פותח בעקבות אירועים קשים שהתרחשו לאחרונה והדיווחים עליהם בתקשורת. כמחנכים/ות, אנו ניצבים בפני אתגר משמעותי: כיצד לתווך לתלמידינו נושא מורכב וטעון זה, תוך שמירה על רגישות מחד והעברת מסר ברור וחד-משמעי מאידך.

לפני שמתחילים - נקודות חשובות

1. **הכנה מנטלית:**
 - קחו זמן לעבד את הנושא בעצמכם
 - היו מודעים לרגשות שהנושא מעורר בכם
 - הכינו את עצמכם לתגובות שונות מהכיתה
2. **סקירה מקדימה של הכיתה:**
 - האם יש תלמידים/ות שידוע לכם על פגיעה שחוו?
 - האם יש רגישויות מיוחדות שיש לקחת בחשבון?
 - מי מהתלמידים/ות עלול/ה להגיב בצניות או בזלזול?

עקרונות מנחים להעברת השיעור

1. **שמירה על גבולות:**
 - אין צורך להיכנס לפרטי המקרים
 - התמקדו במניעה ובאחריות החברתית
 - הימנעו מתיאורים גרפיים
2. **יצירת מרחב בטוח:**
 - קבעו כללי שיח ברורים בתחילת השיעור (שומרים על פרטיות, מדברים רק על עצמנו ולא על אחרים/ות, מתייחסים בכבוד זה לזה)
 - אפשרו יציאה מהכיתה למי שזקוק לכך
 - היו ערניים לתגובות רגשיות
3. **העצמה ופעולה:**
 - הדגישו את היכולת של כל אחד/ת להשפיע
 - התמקדו בפתרונות ולא רק בבעיה
 - תנו כלים מעשיים לפעולה

לעוד הרחבה בנושא:

- הכתבות שפורסמו לאחרונה:

<https://www.ynet.co.il/news/article/bkznzmvmkl>

<https://www.ynet.co.il/yedioth/article/yokra14156997>

המערך:

1. פתיחה:

כדאי להתחיל בהסבר על ההקשר של השיעור למקרי האונס שהתפרסמו בחדשות, להדגיש את הכללים למרחב בטוח ולציין שלא ניכנס לתיאורים של המקרה - כפי שצוין בהקדמה למורה.

2. מציירים על הלוח טבלה כזו ורושמים בכל עמודה את המאכלים שהמשתתפים אומרים:

מאכלים

בלי רצון חופשי	עם רצון חופשי	עם רצון חופשי נלהב
----------------	---------------	--------------------

- אילו מאכלים יצא לכם. לאכול **בלי רצון חופשי** (כי ההורים אמרו, כי זה הדבר היחיד שהיה...)? רושמים את המאכלים על הלוח. איך זה נראה כשאתם אוכלים אותם למי שמסתכל מהצד? איך זה מרגיש לאכול אותם?
- אילו מאכלים יצא לכם. לאכול **מתוך רצון חופשי אבל לא נלהב** (כי זה בריא, כי אתם סבבה עם זה אבל לא ממש אוהבים את זה...)? איך זה נראה כשאתם אוכלים אותם למי שמסתכל מהצד? איך זה מרגיש לאכול אותם?
- אילו מאכלים צא לכם לאכול מתוך **רצון חופשי ונלהב** (אוכל שאתם ממש אוהבים)? איך זה נראה כשאתם אוכלים אותם למי שמסתכל מהצד? איך זה מרגיש לאכול אותם?

3. רצון חופשי, הדדי ונלהב במיניות

מערכות יחסים אינטימיות דומות בהרבה מקרים לאוכל.

- איך נראית מהצד מיניות בכל אחת מהקטגוריות הללו?
- אילו תחושות יש מבפנים בכל אחת מהקטגוריות?

מקיפים את המילה **חופשי** על הלוח ושואלים את הכיתה:

- מתי הרצון הוא לא באמת חופשי? מה משפיע על זה? (כשיש לחץ ומניפולציה, כשמעורבים סמים ואלכוהול, כשיש חוסר ביטחון להגיד 'לא', כשיש פערים של גיל או מעמד)

4. מקרינים את אחד משני הסרטונים:

אופציה א': הסכמה נלהבת היא כמו תה

?מה הקשר בין סקס לכוס תה?

- מה אתם חושבים על הסרטון?
- מה היה לכם ברור ומה עורר בכם מחשבה?
- איזו סיטואציה מתוך הסרטון מרגישה לכם נפוצה בסביבה שלכם וחשוב שתהיה לגביה מודעות?

אופציה ב': בית ריק (מתאימה לכיתות י' ומעלה)

הצצה מתוך "ערים - גברים מדברים מיניות" - ראיתי רק את הצורך שלי להפסיק להיות בתול

- האם לאורך כל הסיפור היה "רצון חופשי, הדדי ונלהב"? מתי ראיתם שלא?
- מה אתם חושבים על אח של יובל?
- מתי זו האחריות שלנו **להתערב** כשאנחנו רואים סיטואציה כזו? מה זה דורש? כמה זה קשה?

5. למי אפשר לפנות?

כותבים על הלוח את הפרטים הבאים:

מרכז סיוע לנפגעי ונפגעות תקיפה מינית:

מענה נשי: 1202

מענה גברי: 1203

דלת פתוחה ייעוץ אנונימי בנושא מיניות: 6338*

כל מבוגר.ת משמעותי אחר: יועץ.ת בית הספר, מדריך.ה, מחנך.ת.

גם אני אשאר אחרי השיעור ואתם.ן מוזמנים.ות לפנות אלי

6. לסיכום:

היום למדנו להבחין בין סוגים שונים של רצון והסכמה. כמו שראינו בדוגמה של האוכל, יש הבדל משמעותי בין דברים שאנחנו עושים מתוך לחץ, דברים שאנחנו מסכימים להם אבל לא באמת רוצים, לבין דברים שאנחנו עושים מתוך בחירה מלאה ורצון אמיתי. הבנו שמיניות בריאה חייבת להיות חופשית - בלי לחץ או מניפולציות, והדדית - ששני הצדדים שותפים פעילים ומקשיבים אחד לשני. והכי חשוב - הבנו שיש לכולנו אחריות, קודם כל על עצמנו, ושנית גם על האחר כשאנחנו רואים מצבים שחורגים מהעקרונות האלה. אני מאחל לכם שתמיד תהיו במערכות יחסים אינטימיות מתוך רצון, התלהבות, התרגשות וחיבור. ומזכיר שאני כאן ויש לכם למי לפנות אם משהו במפגש העלה קושי או מחשבה.