

מדברים מיניות

סדרת פעילויות בנושא התבגרות ומיניות

פעילות מס' 1

אני וגופי - לקבוצות הגיל הצעיר



מטרות:

- פעילות פתיחה לנושא "אני וגופי"
- העברת מסר של שיח פתוח

חומרים:

- גליונות נייר גדולים
- צבעי פנדה
- דבק, מספריים
- ניירות צבעוניים

מהלך הפעילות:

מחלקים את הילדים לזוגות.
כל ילד בתורו נשכב על גבו על גיליון הנייר. חברו מצייר את קווי המתאר של גופו.

כל ילד יוסיף לצללית הגוף שלו את פרטי איברי הגוף. ניתן לצייר אותם, לצבוע, להדביק ניירות צבעוניים או לכתוב את שמותיהם.

במליאה - הצגת כל הדמויות שהתקבלו והגדרת חלקי הגוף לפי החלוקה הבאה:

- איברים פנימיים וחיצוניים
- איברים זוגיים ופרדיים
- איברים דומים ושונים
- איברים מוצנעים וגלויים

חשוב לקרוא גם לאיברים המוצנעים בשמותיהם ולהתייחס אליהם כחלק טבעי מגופנו.

פעילות מס' 2

גלוי ומוצנע - לקבוצות הגיל הצעיר / בינוני



מטרות:

- עיסוק במונח "מוצנע" בהקשר של איברי הגוף בכדי לחדד מהי התנהגות מינית בריאה ונורמטיבית
- הגדרת גבולות הגוף האישיים של כל אחד

חומרים:

- כרטיסיות היגדים (נספח)
- 2 כובעים או קופסאות, אליהם מצורפים שלטים: מותר / אסור

מהלך הפעילות:

מסבירים את המונח "מוצנע" – שאינו גלוי, שאין חושפים אותו בפומבי. (בהמשך הפעילות אפשר להראות את הקשר המילולי בין המילה "מוצנע" ו"צינעה" לבין המילה "צנוע" – עדין, שנוהג באופן מוסרי)

מונים את האיברים המוצנעים בגופנו. בודקים כיצד המושג "מוצנע" בא לידי ביטוי ב:

1. האופן בו אנו מתלבשים
2. מגע בזולת
3. מגע בעצמי בפומבי
4. מגע בעצמי בפרטיות

במהלך הדיון חשוב לתת לגיטימציה לתחושות הנעימות שעשו להשרות מגע באיברי המין – האיברים המוצנעים. זוהי תחושה טובה ונעימה אך אינטימית, שלנו עם עצמנו, בלבד! יש לציין את המקומות בהם אנו כן יכולים ליהנות לגעת בגופנו (בפרטיות במקלחת, במיטה לבדנו כשאין אף אחד איתנו)

יש לציין את המצבים והמקומות שבהם אין לחשוף איברים מוצנעים ו/או לגעת בהם. יש להדגיש איסור מוחלט על מגע בזולת באיבריו המוצנעים בכל מצב שהוא.

יש לדבר על גבולות גוף והצורך של כל אחד בגבולות משלו בהתאם למה שדרוש ונעים לו: האחד אוהב שמחבקים אותו, השני לא. האחד אוהב להרגיש קרוב, השני צריך מרחב. יחד עם זה מגע באיברים מוצנעים אחד עם השני זה גבולות גוף שמשותפים לכולם וחל על כולם איסור לעבור אותם.

מוציאים את כרטיסיות ההיגדים ומבקשים מהמשתתפים לקרוא אותן אחת, אחת ולהחליט לאן הן שייכות: לקופסת "אסור" או קופסת "מותר".

לסיכום הפעילות:

נחליט יחד על אמירות "קוד" קבועות לקבוצה ליצירת שפה משותפת של הגדרות ואמירות שאפשר להשתמש בהן בזמן שאנחנו שרויים במבוכה מהתנהגות לא נאותה של האחר בהקשר של מגע בגופינו. כגון:

- לא נוגעים במקומות מוצנעים/פרטיים
- הגוף שלי ברשותי
- אל תעבור את הגבולות שלי
- אני לא אוהב שנוגעים בי

* חשוב להדגיש לצוות כי עליו להנהיג שפה של מרחב גוף עם הילדים!

1. יש לגלות רגישות במגע פיזי בהתייחס להיכרות עם הילד
2. יש לבקש את הסכמתו של ילד לפני שמחבקים אותו
3. יש לחבק את הילדים מהצד, ללא מגע עם איברי הגוף האינטימיים

קרטיסיות "מותר" ו"אסור"



להציץ לילדים אחרים
בשירותים או במקלחת

נגיעה ממושכת
באיברים המוצנעים שלי
כשאני עם חבר

חיבוק לחבר
שאני שמח לפגוש

נעים לי לגעת
באיברי המוצנעים

לשחק במשחקים
שמחייבים הורדת בגדים

מגע באיברים המוצנעים
של חבר

נשיקה או חיבוק לאחי,
אחותי או למדריך שלי

נגיעה באיברים המוצנעים
של מדריך או מדריכה

התעניינות בפרטים
הקשורים לנושא מין

נגיעה ממושכת באיברים
המוצנעים שלי כשאני לבדי
במקום פרטי וסגור

לבקש חבר לגעת באיברים
המוצנעים שלי כי זה נעים

השמעת קולות וגניחות
או תנועות מיניות
ליד החברים שלי

חשיפה של האיברים
המוצנעים בפני החברים
הטובים שלי בלבד

שיחה עם חברים על מין

להוריד בצחוק לחבר את
מכנסיו, סתם מתוך משחק

להסכים לגעת באיברים
המוצנעים של חבר שביקש
ממני

להזמין חבר למקום פרטי כדי
שנוכל לגעת יחד בפרטיות
באיברים המוצנעים שלנו

לצחוק עם חברים כשרואים
בטלוויזיה נשיקות ונגיעות

בכל פעם שאני רואה
בטלוויזיה זוג מתמזמז,
עומד לי

לעשות משהו שלא נעים לי, עם
חבר, כי אני מפחד או כי אני לא
רוצה שהוא יפסיק בגלל זה להיות
חבר שלי

פעילות מס' 3

מכתבים למערכת - לכל הגילאים

מטרות:

להמשיך ולעסוק בדילמות העולות בקבוצת הילדים בהקשר של חשיפה להתנהגות מינית לא תקינה של החברים החיים יחד.

חומרים:

- כרטיסי שאלות
- דפים וכלי כתיבה

מהלך הפעילות:

מחלקים את המשתתפים לצוותים, כשלושה משתתפים בכל צוות. מודיעים למשתתפים שהם עכשיו צוות מומחים שעונים לשאלות מאזינים המפנים דילמות לתחנת שידור מקומית או צוות כותבים בטור בעיתון העונה על שאלות קוראים בנושאים אישיים.

כל צוות מקבל שאלה ועליו לנסח תשובה שניתן יהיה לקרוא אותה בעיתון או לשדר אותה בתכנית הייעוץ בערוץ המקומי.

להלן דוגמאות לשאלות למערכת:

- אחד הילדים נגע בי באיברי המוצנעים ולא היה לי נעים. מה אני כבר יכול לעשות?
- אם אתלונן על מישהו שנגע לי בגוף, מה המדריך כבר יכול לעזור לי? ואם לא יאמינו לי?
- לפעמים עומד לי בלי שאני ארצה כשיש אנשים סביבי, מה עלי לעשות?
- מה יקרה לי אם אגע בעצמי בלי שאף אחד יראה?
- מה יקרה לי אם אלשין על חבר שמתנהג בצורה לא מקובלת בקבוצה?
- עם מי כדאי לי לדבר על מה שאני מרגיש בגוף או על זה שאני נוגע בעצמי?
- החברים שלי מעבירים בוואטס-אפ סרטים מיניים מצחיקים. אם אגיד להם לא לשלוח אלי הם יחרימו אותי. מה לעשות?
- החברים שלי רואים יחד סרטים כחולים בלי שאף אחד יודע. מה לעשות עם זה?



פעילות מס' 4

פעילות על פי סרט וידאו - סרט הדרכה מצויר המבוסס על סיפרו של פיטר מייל מאין באתי? - לגיל הצעיר מה קורה לי? - לגיל הבינוני/בוגר

מטרות:

- הצגת השינויים הפיסיולוגיים המאפיינים את תקופת הנעורים, אמצעי היגיינה, תחושות ונושאים אחרים המעסיקים את המתבגרים.
- הזדמנות לשאול שאלות המטרידות ומסקרנות את הילדים בעקבות הצפייה בסרט.

חומרים:

- הסרטים "מאין באתי" ו"מה קורה לי" + מקרן ומסך
- תיבת שאלות
- פתקים וכלי כתיבה



מהלך הפעילות:

צופים יחד בסרט.
בתום הצפייה מזמינים את הילדים להתייחס לסרט שראינו.
נאמר כי אנו משערים שהסרט עורר שאלות סביב המידע שהוצג בו וסקרנות לדעת עוד.
נציג בפניהם את תיבת השאלות ונזמין אותם לחשוב במהלך הימים הקרובים על השאלות שהיו רוצים לקבל עליהן תשובות.
את שאלותיהם יכתבו על פתקים ללא ציון שם – באופן אנונימי.
נבטיח כי בפעילות באה בנושא, נבוא ערוכים לענות על שאלותיהם.
נדגיש כי אנו רוצים להתייחס במלוא כובד הראש לשאלותיהם ולבוא מוכנים עם תשובות ראויות למפגש הבא.
עוד נבטיח כי גם תשובותינו יוצגו באופן שלא יחשוף את השואל.



פעילות מס' 5

על כל שאלה - תשובה

מטרות:

- מתן מענה לשאלות החניכים
- העמקת השיח בנושאים שעלו מתוך השאלות

חומרים:

ספרי הדרכה לילדים ונוער בנושא התפתחות מינית כגון: "מה קורה לגופי?", "המדריך הישראלי למתבגרים", "התבגרות" לגילאים השונים ועוד

הכנות לפעילות:

- יש לעיין בכובד ראש בכל השאלות שנכתבו ע"י הילדים. אין להתעלם משאלות פרובוקטיביות. יש לבחור כיצד לענות עליהן באופן ישיר אך לא בוטה.
- יש להיעזר בתכנון הפעילות ותוכן התשובות באנשי המקצוע בפנימייה: עובדים סוציאליים, מטפלים, מח"מ, רכז וכו'.
- מומלץ להנחות פעילות זו בקו - עו"ס ומדריך

מהלך הפעילות:

יש לענות על השאלות שכתבו הילדים בפעילות הקודמת, מבלי לחשוף את הכותבים. יש לאפשר לילדים להוסיף ולחדד את שאלותיהם ולהפוך את הפעילות לרב שיח. ניתן לנצל את המפגש ולתת מידע על נושא שלא נשאלו עליו שאלות אך המנחים רואים צורך להביאו לשיח.

לסיכום הפעילות:

נשאר בקבוצה מס' ספרי הדרכה ונזמין את הילדים לקרוא ולקבל מידע נוסף. עוד נזמין אותם להמשיך ולשאל את צוות ההדרכה ועו"ס הקבוצה, שאלות שמעסיקות אותם גם בארבע עיניים.