

## קהילה יקרה שלום רב,

בצל המלחמה והתחושות הקשות שהיא מעוררת בנו, בחרנו להקדיש את פתיחת הניוזלטר ליום המאבק הבינלאומי באלימות כלפי נשים המצוין מדי שנה וחל השבוע, ב- 25.11. לצערנו, אנחנו רואות כיצד מלחמה מייצרת רגרסיה משמעותית במצבן של נשים. הטראומה הקולקטיבית שמביאה למצבי קיצון רגשיים ונפשיים מגבירה את גילויי האלימות השונים כלפי נשים. שני מקרי הרצח המזעזעים שהתרחשו בשבועות האחרונים של זהבה דמרי ז"ל (56) ומאיה גלוגבסקי ז"ל (38), לצד פניות רבות על פגיעות מיניות שמגיעות למרכזי הסיוע, מבטאים זאת ביתר שאת. עידוד אזרחים להתחמש גם הוא מוסיף נדבך של סכנה – ישנו חשש ממשי מכך שנוכחותם של כלי נשק בבתיים יגביר אף הוא את המתח ויביא לפגיעה בחיי נשים. אנו כבר רואות דיווחים על עלייה חדה בבקשה להערכת מסוכנות לגברים הרוצים לשאת נשק. בחודש האחרון הוגשו 18 בקשות לבחינת גברים שרצו לקבלו, לעומת 6 בקשות בכל השנה הקודמת. מצב מלחמה מגביר את המיליטריזם בחברה האזרחית. הוא זה המחלחל לתרבות ולהלך הרוח הקולקטיבי ומקבל ביטויים בשפה, בעמדות הערכיות, בהתנהגות ועוד. המיליטריזם מתבטא בכל רובד בחיינו ומביא להיחלשות מעמדן של נשים "בשם הצורך הביטחוני", כמו למשל נשים שנעדרות ממעגל מקבלי ההחלטות או נשים ששבות לתפקיד המסורתי של טיפול בלעדי בילדים ובבית בשל היעדרם של הגברים שגוייסו, וכל ביקורת כנגד זה - מעלה את הטענה השחוקה כי "זה לא הזמן להתעסק בזוטות פמיניסטיות שכאלה" או באמירות סקסיסטיות לפיהן "נשים (שוב) פוגעות במאמץ המלחמתי".

מורכבות נוספת שכמחנכות וכמחנכים למיניות בריאה כדאי שנתבונן בה היא השתתפותן של נשים במעגל הלחימה הן כלוחמות והן כתומכות לחימה. מצד אחד, הדבר מביא להעצמת תחושת הכוח, המסוגלות הפיסית והנפשית של נשים. ישנן התייחסויות ברשתות החברתיות ובסיקור התקשורת לאומץ ליבן, חכמתן ומסירותן המרשימה, כלומר נשים נתפסות לפתע כבעלות ערך. מצד שני, ניתן לקיים דיון ביקורתי ששואל האם רק דרך של פעולות השוות לגברים – נשים זוכות להוקרה והכרה חברתית רחבה?

דיון ביקורתי נוסף שניתן לקיים הוא סביב העמקת הביטויים המקשרים בין מיניות - גבריות - מלחמה, שמהווים כר פורה להתקיימותה של תרבות האונס, אלימות מינית ופיסית המופנית כלפי נשים וגברים כאחד. בהקשר זה, ראוי לציין את המחיר היקר שגברים משלמים במלחמה. התפיסה הערכית שאנו מבקשות לקדם על פגיעות של נערים וגברים נגוזה ברגע. תפיסת הגבר השוויוני והרגיש עוברת השטחה מיידית – גבר הוא לפני הכל לוחם, וזו תפיסה שכדאי שנשים לב שאנו לא חוזרות אליה כחלק מהרגרסיה הכללית.



בסוף, אחד מהנושאים הבוערים בחברה הישראלית ובפרט בשדה הפמיניסטי הישראלי היא העובדה שארגוני הנשים בעולם לא גינו את אירועי הזוועה שהתרחשו אצלנו ב - 7 באוקטובר. האכזבה העמוקה מעלה שאלות הנוגעות לתיאוריות ביקורתיות, למשמעותה של הסולידריות וסיסטרוד שהרגשנו שנים רבות שאנחנו מקדמות פה בישראל. כל אלה הם ההוכחה החותכת לכך שלא ניתן להשהות את העיסוק בפמיניזם בכל תקופה שהיא.

עלינו, מחנכות ומחנכים למיניות העוסקות והעוסקים לפני הכל בחינוך לתקשורת, אמפתיה, הדדיות וחמלה - להתבונן על סוגיות של מגדר, אלימות, דה-הומניזציה וכיו"ב ולתווך אותן בזהירות אך באומץ לדור הבא.

בתקווה לימים טובים,

שלכם,

יעל טל - פואה, חברת הוועד המנהל  
בשם האגודה לחינוך מיני בישראל



האגודה לחינוך מיני בישראל מזמינה את חברות וידידות האגודה להרצאה בנושא

## חינוך למיניות מיודע טראומה

בהרצאה זו נכיר את המאפיינים הייחודיים של חינוך למיניות מיודע טראומה, נדון בדרכי ההתמודדות עם תכנים קשים שעולים בכיתות (כגון פגיעות מיניות בהתקפה ב-7.10) ונעניק כלים למתן סיוע ראשוני לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית במציאות המורכבת של המלחמה.

**יעל טל- פואה**  
מנהלת מטה החינוך וההסברה באיגוד מרכזי הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית בישראל.

ההשתתפות בהרצאה היא ללא עלות  
לחברות, ים וידידות: אגודה ומותנת בהרשמה מראש

27.11.23  
בשעה 10:00




## הרצאת אגודה:

### “חינוך למיניות מיודע טראומה”

**ביום שני ה- 27.11.23 בשעה 10:00**, תתקיים הרצאתה של יעל טל - פואה, מנהלת מטה החינוך וההסברה באיגוד מרכזי הסיוע לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית.

[להרשמה](#)

האגודה לחינוך מיני בישראל מזמינה אתכם להפגש!

## מפגש קהילה #1

האגודה לחינוך מיני בישראל



## מפגש קהילה #1

**סבב ראשון של מפגשי הקהילה של האגודה יוצא לדרך בחודש הבא.** מפגשי הקהילה הם הזדמנות לשיתופי פעולה והכרות, לשיח מקצועי וקולגיאלי, לשיתוף בדילמות מהשטח ומחשבה משותפת על תוכן. בהתאם למצב נעדכן האם המפגשים יתקיימו באופן פרונטלי או בזום.

[להרשמה](#)

## קבוצת ווטסאפ שקטה



האגודה לחינוך מיני בישראל

## פתחנו קבוצת וואטסאפ שקטה

מעתה תוכלו לקבל חדשות ועידכונים ישירות לטלפון שלכם. זוהי הזדמנות להשאר מעודכנות ים על פעילויות של האגודה והשדה המקצועי. הקבוצה מיועדת לחברות י וידידות י האגודה בלבד.

[להצטרפות](#)





## כנס יום המאבק באלימות כלפי נשים 2023 של 'בונות אלטרנטיבה'

בתאריכים 26-30.11 יתקיים כנס ציבורי מקוון לציון יום המאבק באלימות כלפי נשים 2023, ובו כ-30 הרצאות מגוונות ומתאימות למגוון קהלים. ההרשמה להרצאות הבוקר ולמושב הערב פתוחה לכולן.

[לפרטים והרשמה](#)

**הצעות לפעילות לציון יום המאבק הבינלאומי באלימות כלפי נשים:**

[חוברת מערכים של היחידה לשוויון בין המינים, משרד החינוך](#)

[הצעה לפעילות לציון יום המאבק 2023 של המגדלור](#)





## האלימות המגדרית המושתקת של השביעי באוקטובר מאת: מיכל בינט - הרוביץ, מזכ"לית האגודה

עד עכשיו הרחקתי את עצמי מהתיאורים הגרפיים. התרחקתי מסרטונים. כשאנשים לידי בעבודה דיברו על הזוועות, עברתי לצד השני של החדר. בשיחות עם הבת שלי, קצינת ת"ש במילואים, ביקשתי שתסנן לי את התכנים. לא רציתי לשמוע. לא רציתי להישאר עם הדימויים בראש של מה שקרה.

ביום ראשון ה-12 לנובמבר השתתפתי בוויבר שארגנו הארגונים היהודיים בבתי הספר למשפט ולרפואה באוניברסיטת הרווארד בארה"ב, בקריאה לארגוני הנשים בעולם, אשר חרטו על דגלם את קידום הבריאות והשוויון לכל ללא הבדלי דת גזע או מגדר (JEDI), לגנות את הטבח הנורא שהתקיים ב-7 לאוקטובר. 1000 איש ואישה השתתפו בוויבר ועוד כמה אלפים נרשמו אך לא יכלו להשתתף בשל מגבלת מקום. הדוברות היו מרשימות, חכמות, רהוטות ורגישות. כל אחת הביאה זיות מקצועית שונה; זכויות אדם, משפט בינ"ל, רפואת חרום לנשים וילדים, ארגוני הסיוע. כבר בתחילת הוויבר הגיעו האזהרות. תוכן גרפי קשה. כשהתחילו להקריא את העדויות מצאתי את עצמי כמה פעמים מחפשת את הכפתור של השתק הסאונד אבל לא לוחצת עליו. נשארתי עד הסוף. הבנתי פתאום שזאת החובה שלי. לדעת ולא להכחיש.

שני דברים לקחתי איתי:

אחד, הסבר שניתן לכך שארגוני זכויות האדם מסרבים להכיר בפשעי מלחמה מבוססי מגדר שארעו ב-7 באוקטובר ואשר מהווים מציאות מתמשכת עבור הניצולים והחטופים. הוסבר, שארגונים אלה רגילים להוציא הודעות רק בהסכמה של המשתתפים ומאחר שהאמת לא נוחה לחלק מהמשתתפים אז היא לא נאמרת. מוכחשת.

שני, שהזוועות שחוללו אנשי החמאס ב-7 לאוקטובר לא דומות לשום דבר שקרה לאף עם מערבי אחר בעשרות השנים האחרונות בהיקף האכזריות, הרשעות והמפלצתיות שאפיינה אותן ונעשו מתוך מחשבה תחילה, התכוננות ובאישור אנשי דת שהתירו פגיעה מכוונת בנשים וילדים כאמצעי לחימה.

את האמת צריך לזעוק. צריך לעשות הכל כדי לגרום לארגונים בינ"ל שכל מטרתם להגן על זכויות נשים וילדים להכיר באמת, לצאת בגינוי התואם את גודל האסון ולעמוד לצד הקורבנות. אם לא ימלאו את תפקידם, אין לארגונים הללו זכות קיום."

[לצפייה בהקלטה - The Unspeakable Terror - Gender Based Violence on October 7](#)

[#MeToo\\_UNless UR a Jew לקמפיין ולחתימה על העצומה](#)





דלת פתוחה

## סיכום הרצאה "מיניות בשעת מלחמה"

מאת: סיין לוטן, דלת פתוחה

לפני כשבועיים התקיימה הרצאה מטעם ארגון "דלת פתוחה" למחנכות ומחנכים למיניות בארץ כדי לדבר על המפגש המחודש עם בני הנוער, אחרי אירועי ה-7/10 שהותירו חותם קשה על כל החברה שלנו באופן שלא הכרנו עד היום. להלן סיכום הנקודות המרכזיות מתוך ההרצאה:

### למה לנו מיניות עכשיו?

- **תחושת ערעור לזהות המקצועית שלנו** - השדה כמו כל החברה חווה אירוע בעל אופי טראומטי והחזרה של מערכת החינוך מחייבת אותנו ללמוד את עצמנו מחדש במציאות החדשה שנוצרה.
- **מה נלמד מהתקופה הזאת?** - כפי שלמדנו מהקורונה אנחנו נלמד גם מהתקופה הזאת את המאפיינים של החינוך המיני שניתן באופן מותאם.
- **חובתנו להמשיך לממש זכויות אדם** - אחת מזכויות האדם בתחום המיניות (SRHR) היא חיפוש, קבלה ומסירת מידע הקשורים במיניות.
- **יצירת מרחבי שיח** - בני נוער צריכים שנייצר עבורם מרחב כזה שבו הם יכולים להיות ביחד אבל עם גבולות ושמישהו ששומר עליהם ומאפשר להם גם להיות יחד במרחב בטוח יותר ומכבד.

### למה להגן מיניות עכשיו?

- **גיל ההתבגרות** - מתבגרים נשארו מתבגרים, יש להם הורמונים, הגוף משתנה, הם ממשיכים להתעסק גם במה שהתעסקו קודם לכן.
- **התעסקות בחיים** - יש בכולנו כוחות של חיים, לאט לאט עם היציאה מההלם אנחנו חוזרים להיות איתם בקשר, בחיים יש מיניות.
- **הפחתת חרדה** - אינטימיות, קרבה וחיבור הם אלמנטים משמעותיים להפחתת חרדה בתקופה הזאת, הרבה אנשים פונים לשם ממקום חיובי ומזין את הנפש.
- **אסקפיזם** - מיניות ורומנטיקה, עניינים של הלב, הם מרחבים שאפשר לברוח אליהם, בעיקר גם אל הפורנו.

### דיווח מהשטח - קצת ממרכז הייעוץ של דלת פתוחה:

- הנושאים הרגילים של דלת פתוחה - בני נוער ממשיכים להתעסק בחיים שלהם, בגיל ההתבגרות, חשש להיריון, גלולות, קשיים בזקפה, שאלות על אוננות וגיל ההתבגרות.
- מרחבים משותפים/פרוצים/ללא סמכות הורית - מגורים משותפים עם משפחות מארחות ומתארחות, בושה מזקפת בוקר ממושכת.



- קשיים מן העבר שצפים עכשיו - חוויות טראומה שצפות מן העבר כמו אובדן של אם, פגיעה מינית. בתקופה שכולם בחרדה, דיכאון ואבל יש פתאום מקום לרגשות האלה אצלי והן מציפות טראומות וקשיים מן העבר.

## קווים מנחים ליציאה לשטח:

- **בירור עצמי** - כמו שאנחנו לא רוצים שמשותפים בסדנאות ישתתפו כשהם מוצפים מדי, מוטרדים מדי, בהתנגדות עזה - כך חשוב לבדוק גם עם עצמנו האם מתאים לנו בכלל לקיים סדנאות כרגע. זה זמן קשה ושונה גם עבורנו, והאחריות שלנו כלפי עצמנו וכלפי המונחים שלנו היא שלא נפעל מאוטומט גם כשזה לא נכון לנו.
- **הנחייה ולא הדרכה** - יותר מתמיד זה לא הזמן להיצמד בנוקשות למערך או נושא מסוים אלא לתת לבני הנוער לגלות לנו מה מעסיק ומטריד אותם, אחרת נאבד אותם ולא נספק ערך מוסף אמיתי.
- **אנחנו מומחיות. ים בלגעת בנושאים רגישים** - המיומנות שלנו בעולם זה לגעת בנושאים נפיצים, מביכים, קשים לעיכול, יודעות לגעת ברגשות של אשמה ובושה שעולים במיוחד בתקופה הזאת. דווקא אנחנו, עכשיו יותר מתמיד, הן הדמויות שיוכלו להיות שם עבורם. עלינו להשתמש באותן מיומנויות שאנחנו מכירות מהעבודה שלנו.
- **הגדרה מראש של המרחב** - לא מרחב טיפולי - להגיד מה המקצוע שלכם, זה לא מרחב שנרצה להזמין אותם לשתף בטרומות שצפות, אפשר לשתף ברגשות, זו קבוצה שנוכל לתת בה כלים להתמודדות, לדבר על העתיד ולא בהכרח על העבר. כמו כן נגדיר מה אפשר לשתף ומה לא (תיאורים, דעות) - אם נחשפו לסרטונים זה לא המרחב לשתף בתוכן אבל כן במה שהעלה בהם, אם נחשפו לדעות שקשה להם איתם זה לא המקום לשתף בדעה עצמה כמו הקושי לקרוא או להיחשף לדעות שונות משלנו.
- **להיות סלחנים.ות** - גם לעצמנו וגם לנוער, יציאה וחזרה מריכוז, לא להיות הכי חדים שלנו, קושי שלהם להיות נוכחים לאורך כל זמן המפגש
- **נרמול נרמול נרמול** - תמיד ובטח בשעת חירום. כל תחושה, רגש ומחשבה (הקשורה במיניות ובכלל) של בני נוער היא לגיטימית בעת הזו. נרצה לתת מקום לקשת הרגשות הרחבה שבני ובנות הנוער חווים. להאיר לבני ובנות הנוער את הכוחות שלהם, לסמן יחד איתם נקודות של חוזק בתוך תקופה מורכבת. להאט, לנשום, להיות קשובים לעצמם בתוך מפגש מיני ובכלל.

## [לצפייה בהרצאה המלאה](#)



## פעילות לרגל יום האיידס הבינלאומי 2023

### באדיבות הוועד למלחמה באיידס

#### הקדמה לאנשי ונשות החינוך:

מידי שנה, ב - 1.12, מצוין ברחבי העולם יום האיידס הבינלאומי. יום זה מוקדש להעלאת מודעות למגפת האיידס הנגרמת על ידי התפשטות נגיף ה - HIV.

#### ידע בסיסי וחשוב להמשך:

1. וירוס הכשל החיסוני האנושי נקרא HIV, הידבקות בו גורמת להיחלשות המערכת החיסונית.
2. מחלת האיידס היא תסמונת הכשל החיסוני הנרכש, נגרמת כאשר המערכת החיסונית נפגעת בצורה קשה על ידי וירוס ה - HIV ובעצם אין לגוף יכולת להתגונן מפני זיהומים ומחלות.
3. כיום, יש טיפול תרופתי יומיומי (בעבר נקרא "קוקטייל") שמונע מהוירוס להחליש את המערכת החיסונית ומאפשר לאדם שחי עם HIV לחיות חיים ארוכים ומלאים ולא להגיע למצב של חולי באיידס.
4. כל אחד ואחת יכולים להיחבב בוירוס HIV בלי קשר לדת, גיל מגדר וזהות מינית.
5. הדרך היחידה לדעת האם למישהו יש HIV או לא זה על ידי בדיקת דם ספציפית לגילוי HIV.
6. מי שחיים עם HIV ונוטלים את הטיפול התרופתי ונמצאים במעקב רפואי צמוד מגיעים לסטאטוס רפואי שנקרא "אנדיטקטבל" שבעצם אומר שווירוס ה - HIV נמצא אצלם בגוף ברמה כל כך מוחלשת ונמוכה שהם לא יכולים להדביק אף אדם אחר (גם לא בקיום יחסי מין בלי אמצעי מניעה).

#### נתונים עדכניים מארגון הבריאות העולמי לשנת 2022:

- 40.4 מיליון בני אדם מתו מהמחלה (630,000 מתוכם נפטרו בשנת 2022)
- כ- 39 מיליון אנשים ונשים חיים עם וירוס ה - HIV בעולם (1.3 מתוכם הם נדבקים "חדשים" משנת 2022).
- 1.5 מיליון ממי שחיים עם HIV בעולם הם מתחת לגיל 14.
- 53% ממי שחיים עם HIV בעולם הן נשים, נערות וילדות.

#### נתונים עדכניים ממשרד הבריאות בישראל לשנת 2021:

- בישראל חיים כ- 9,000 גברים ונשים עם HIV.
- 367 מתוכם הם נדבקים "חדשים" משנת 2021.
- 33% ממי שחיים עם HIV בישראל הן נשים.

כיום, בשנת 2023 אין עדיין תרופה או חיסון שמעלימים לחלוטין את וירוס ה - HIV. עם זאת, יש ברשותנו את כל הידע הנדרש כדי למגר ולהעלים את מחלת האיידס מהעולם. **ידע הוא כוח.**





## כדי למנוע הדבקה ב-HIV בישראל (\*לצערנו, לא בכל מדינות העולם יש את הנגישות והיכולות הכלכליות שיש לנו) צריך לעשות כמה פעולות פשוטות:

1. לעשות **בדיקות** לגילוי HIV ומחלות המועברות במין כחלק משגרת הבריאות שלנו - הבדיקות מוצעות לכולנו בחינם דרך קופות החולים. במידת הצורך יש מרכזי בדיקות אנונימיים ברחבי הארץ.
2. נטילה והתמדה ב**טיפול תרופתי** במידה ונדבקנו ב-HIV - ברגע שמתגלה שנדבקנו בוורוס HIV אנחנו נתחיל ליטול טיפול תרופתי. הטיפול כלול בסל הבריאות ועל כן הוא בחינם לחלוטין. הטיפול התרופתי והתמדה בלקיחתו יימנעו מאיתנו לפתח את מחלת האיידס וכמו כן יביאו את הווירוס למצב בו הוא לא יכול לעבור לאף אחד אחר (מה שנקרא "סטאטוס אנדיטקטבל")
3. לבחור את **אמצעי המניעה** שמתאים לנו - בגלל שרוב ההדבקות ב-HIV קורות ביחסי מין עם חדירה אנאלית או וגינאלית, בלי אמצעי מניעה, נצטרך להחליט איזה אמצעי מניעה מתאים לנו ולהקפיד להשתמש בו בצורה מיטבית. אצלנו בישראל יש נגישות מלאה, ללא הגבלת גיל, לרכישת קונדומים. כמו כן יש מימון משמעותי של קופות החולים לטיפול מונע הדבקה (PREP) שניתן ליטול באופן יומיומי ובנוסף במידת הצורך יש מימון מלא לטיפול אחרי חשיפה (PEP) שניתן ליטול במקרה של חשיפה אפשרית לוורוס.

## יום האיידס הבינלאומי בשנת 2023

מידי שנה נבחר נושא מרכזי ליום האיידס בו עוסקים במקביל בכל רחבי העולם, השנה הנושא הנבחר הוא **כוחה של קהילה**. קהילה יכולה לממש מטרות גדולות, שרק בקהילה, כאשר כל אחד תורם את חלקו, ניתן להגיע אליהן. לקהילה יש כוח בתחום עצירת התפשטות מגיפת האיידס על ידי חינוך והנגשת המידע שיכול להשפיע על ההתנהגות המינית והבריאות של חבריה וחברותיה. על ידי קיום פעילות זאת, תוכלו לעשות שינוי בקרב קהילת התלמידים והתלמידות בכיתה, בבית הספר וביישוב. כמו כן, בגלל שהתלמידים והתלמידות כיום משתייכים לא רק לקהילות פיזיות, אלא גם לקהילות הפועלות במרחבים הדיגיטליים, יש לנו אפשרות להשפיע במרחבים נוספים ולייצר שינוי רחב יותר בארץ ובעולם.

## אבל האם זה רלוונטי גם היום, ב-2023, לדבר על מחלת האיידס בישראל?

זה נכון שמחלת האיידס השתנתה בארבעת העשורים האחרונים והפכה מלהיות מחלה סופנית למצב רפואי כרוני שניתן לחיות אתו חיים מלאים ועשירים. מדובר בבשורה משמחת ומעוררת תקווה בקרב מי שנדבקו בוורוס HIV ובקרב כולנו- גברים ונשים שמקיימים מגעים מיניים ולעיתים (קרובות או רחוקות) "מועדים" ומקיימים מגעים מיניים ללא אמצעי מניעה.



גם השיח והחינוך על המחלה השתנו ולצערנו נראה שלאור "ההקלה" בהשלכות הרפואיות של ההדבקות בוורוס, יש גם תחושה של קלות ראש, עד היעדר מוחלט של שיח על מחלת האיידס בפרט ועל מחלות המועברות במגעים מיניים בכלל.

לפי ארגון הבריאות העולמי עולה כי רוב החולים במחלות המועברות במגע מיני (לא רק באיידס) הם צעירים וצעירות בגילאי 15-24. גם בישראל, בשנים האחרונות אנו רואים עלייה מדאיגה בשכיחות מחלות המועברות במגעים מיניים. כמו כן, ממחקרים על התנהגויות מיניות של בני ובנות נוער עולה כי **עדיין יש צורך בהעלאת מודעות לאפשרות של הידבקות במחלות המועברות במגעים מיניים ולהעניק את הידע והכלים כיצד ניתן למנוע, לזהות ולטפל במידת הצורך.**

לכן, גם היום, בשנת 2023, חשוב שנמשיך לקיים שיח על מחלת האיידס בפרט ועל מחלות המועברות במגעים מיניים בכלל. זאת **זכות יסוד** של כל נער ונערה לקבל מידע אמין ועדכני שישיע על בריאותם המינית היום וגם בעתיד.

## [מערך שיעור לרגל יום האיידס הבינלאומי להורדה](#)

[לרשימה המלאה של מרכזי הבדיקות ל- HIV בישראל.](#)

[למידע נוסף על בדיקות HIV ו- STD \(בדיקות סקר מחלות מין\)](#)

בדיקות בקופ"ח- צריך לבקש מרופא או רפואת המשפחה הפנייה לבדיקת HIV (אפשר באפליקציה או בתור) ואז אחרי מתן ההפנייה לקבוע תור או לגשת לאחות ולעשות בדיקת דם ל HIV. חשוב לדעת שהתשובה לא מופיעה באתר וניתן לקבל אותה רק אצל הרופא או רופאת המשפחה.





## חינוך מיני בסדרות טלוויזיה: מה דמותו של סאם מהסדרה "לא טיפוסית" יכולה ללמד אותנו על ASD, על העולם החברתי ועל מיניות? מאת: יפעת דהן

בעקבות ההמלצה על סדרות של סהר גל ב**מידעון האחרון**, התחלתי לצפות בסדרה "לא טיפוסית" שבנטפליקס. במרכז העלילה מוצגת משפחת גרדנר. סאם בן 18 הוא נער אוטיסט בעל תפקוד גבוה. ההיכרות עם עולמו של סאם וחשיפת הצופים לאורחות חייו, מפגישים אותנו עם דפוסי החשיבה שלו, התנהגויותיו, הלבטים שלו, הקשיים, היכולות שלו ובכלל העולם הפנימי שבו הוא חי. באמצעות סאם ניתן להבין את עולמם של נערים ונערות על הרצף האוטיסטי, את הקשיים איתם הם מתמודדים ובייחוד את הממשקים שלהם לעולם הדייטים, המיניות, הזוגיות ומערכות יחסים עם הסובבים אותם. בצפייה קשובה בפרק מס' 1 של העונה הראשונה, דמותו של סאם מספקת לנו המון מידע על מאפייני האוטיזם והדרך שבה אנשים אוטיסטים חווים את העולם בכלל והעולם החברתי בפרט. הדמות של סאם היא ייצוג של מתבגר המתמודד עם אוטיזם ומתפקד בתפקוד גבוה.

### אז מה נוכל ללמוד מתוך התבוננות על סאם ועולמו?

- סאם נפגש עם ג'וליה שהיא מטפלת המסייעת לו **ביצירת קשרים חברתיים וביוזמה לקשר זוגי**. סאם משתף אותה שהוא רוצה חברה, בנות מעניינות אותו והוא רוצה לצאת לדייטים. הוא רוצה קשר חברתי חם, קרוב ואוהב. סאם רוצה להיות נאהב. בפועל, הוא לא יודע ליזום ולייצר קשר כזה. כשג'וליה אומרת לו "להציע את עצמו" הוא לא מבין את המשמעות של להציע את עצמו. כך גם כשהוא מנסה להיות פעיל באתרי היכרויות. סאם לא יודע איך להשיב באופן הולם ומותאם להודעות שנשלחות אליו מבנות. ובכך אחותו קייסי הצעירה ממנו מסייעת לו- היא מכוונת אותו מה נכון לומר, לשאול, איך נכון להגיב ואיך פחות.
- **סאם מתקשה בהבנת קודים חברתיים, רמזים, שפת גוף וכל מה שקשור לעולם התקשורת שאינה מילולית**. היות שאלמנטים אלה הופכים מורכבים יותר בעולם הדייטים והזוגיות, ההתמודדות של סאם הופכת להיות יותר קשה ומכבידה כשנדרשת מיומנות של הבנה, קריאת סיטואציות חברתיות וניואנסים של קודים חברתיים מרומזים שאינם תמיד נאמרים במפורש. כך, כשנכנסת נערה לחנות שבה סאם עובד, היא שולחת לעברו מבטים, מנסה ליצור איתו קשר עין, אבל סאם מתקשה בהבנה של מבטים אלה, הוא לא שם לב אליהם עד שחברו זאהיד מסב את תשומת ליבו, והוא מנחה את סאם מה לעשות. כשזאהיד אומר לסאם לחייך, הוא מחייך באופן מוגזם ולא מותאם שגורם לנערה לעזוב את החנות. חיוך, מבט, פלירטוט, הבעות פנים- הם אלמנטים שסאם לא מבין אותם, לא יודע לתרגם אותם והם כל כך נדרשים לתחילתו של קשר והיווצרותו.



- **לסאם יש צורך עז בקביעות, ביציבות, שגרה, מפגשים עם המוכר והידוע.** שינויים מפחידים אותו ומייצרים אצלו חרדה. דייטים ומה שנלווה אליהם הרבה פעמים מפגיש אותו עם לא מוכר, לא ידוע, מצבים חדשים, מקומות ואנשים חדשים. המחשבה על זה יוצרת חרדה בסאם והוא אומר: "אני לא יכול לחשוב, אני לא יכול להקשיב. אני פשוט קופא". החרדה ממצבים חדשים וההיצמדות למוכר ולידוע מביאה את סאם לבלות עם הנערה הג'ינג'ית שאותה הוא הזמין לדייט בחניה של החנות שבה הוא עובד. מקום מפגש כזה לא שגרתי ועשוי לעורר תהיות. בנוסף, חרדה משינויים ומצבים שאינם ודאיים משאירה פתח מאוד מצומצם לגמישות וספונטניות, שלעיתים קרובות נדרשות בעולם החברתי והזוגי.
- **סאם מתקשה לסנן תגובות, אמירות, מילים, מחשבות.** התנהגויות כאלה עשויות להתפרש בצד השני כחסרות טאקט, מוגזמות, מוזרות, לא מנומסות לא הולמות ולא ראויות. כך, סאם אומר לג'וליה המטפלת "אני רואה לך את החזייה. היא סגולה", לנערה הג'ינג'ית, איתה נפגש לדייט הוא אמר שהאף שלה גדול אבל הפנים שלה מפצות על זה. את ברי, נערה איתה התכתב באתר היכרויות, הוא רצה לשאול אם היא תסכים להיפטר מהחתול שלה כי הוא לא אוהב חתולים. אחותו הנחתה אותו לא לשאול שאלה כזו. ניכר הקושי של סאם להביע מחשבה או מידע לא הולמים, להגיב תגובות לא הולמות ולחזות מה הצד השני ירגיש בעקבות האמירה או התגובה שלו. זו מיומנות חשובה במערכת יחסים בכלל ובמערכת יחסים זוגית בפרט. אם הפרטנרית לא מבינה שאמירות ותגובות מעין אלה אינן נובעות מרשעות, חוצפה וחוסר הבנה של הסיטואציה, אלא נאמרות ונעשות בתום לב- התגובה יכולה להיות קשה ומלווה בעלבון, מבוכה, כעס ואפילו השפלה.
- **סאם זקוק לתכנון פעולות.** לכן הוא מחפש וחוקר דרכים להתחיל לדבר עם בנות- לומד משפטי פתיחה וטכניקות, כותב אותם באדיקות במחברת שלו (שבה הוא כותב עוד חוקים ועקרונות שעוזרים לו להתנהל בחייו). אבל הוא לא תמיד מבין את המשמעות של המשפטים האלה והוא לא תמיד יודע ליישם את אותם בהקשר החברתי המתאים. בדייט עם ברי סאם חוזר על משפטים ואמירות כמו על דקלום שלמד בעל פה. הוא אומר אותם בזמן הלא נכון, במקום הלא נכון, לאדם הלא נכון ובסיטואציה הלא הנכונה. המשפטים כל כך מנותקים מהקשר ולא הולמים, שברי מתבוננת בו ולא יודעת איך להגיב. התנהגות מעין זו עשויה להיתפס מוזרה ושונה ולכן סאם משלם מחיר חברתי וביתר שאת כשמדובר בדייט או מפגש זוגי.
- **לסאם יש רגישות חושית גבוהה.** רעשים, צפיפות, ריחות מקשים עליו. אחת מהאסטרטגיות שסאם אימץ כדי להתמודד עם רעשים בסביבה, היא אזניות על האזניים כדי לנטרל את הרעש. סאם מתקשה בהבנה שלשים באמצע דייט אזניות זה לא מותאם ומשדר ריחוק.



• **THEORY OF MIND** - זאהיד שואל את סאם: "איך הולך עם הבנות?" סאם עונה לו: "אני לא יוצא יותר לדייטים. זה קשה מידי. צריך לנחש מה אנשים חושבים, ולא סתם אנשים-בנות". במשפט הזה, סאם מזקק את הקושי וממחיש את היכולת המוגבלת שלו להבין כי לאנשים אחרים יש אמונות, תשוקות, כוונות ונקודות מבט שונות משלו. היכולת הזו לראות, להבין שלמי שעומד.ת מולי יש צרכים, רצונות, תשוקות אחרות- היא לב ליבה והיא עומדת בכל מערכת זוגית באשר היא. היכולת הזו חשובה ומשמעותית בתחילתו של קשר זוגי, ביצירתו ובהמשכו. העובדה שלסאם יש קושי בולט בכל הקשור בהבנת רגשות וצרכים של אחרים, לא מעידה על כך שלסאם אין אמפתיה. אוטיסטים יודעים להיות אמפתיים וטובי לב. העניין הוא שיש פער משמעותי בין ההבנה הקוגניטיבית לבין התגובה הרגשית שלהם. נדרש להם תיווך והסבר של הרגשות, צרכים, תשוקות והחוויות של מי שעומד מולם.

**מציאת זוגיות מתאימה יכולה להיות עניין מאתגר עבור כולם. אבל לא נשים על הרצף האוטיסטי זה עשוי להיות מאתגר הרבה יותר בשל הקשיים שהם חווים. עם זאת, יש מה לעשות! זאת זכותם הבסיסית לחוות אהבה, התאהבות, מיניות וזוגיות. לימוד טכניקות אסטרטגיות ודרכי פעולה, חזרה עליהם שוב ושוב תגביר את הרווחה החברתית של נערים ונערות על הרצף האוטיסטי ותאפשר להם למידה והפנמת חוקיות סביב מיניות וזוגיות, התנהגויות מותאמות ומקובלות וכאלה שלא.**

## מצורפת יחידת הוראה

המותאמת לנערים ונערות המאובחנים על הרצף האוטיסטי והם בתפקוד גבוה, מה שמכונה ASD - Autism Spectrum Disorder.

יחידת ההוראה מורכבת משלושה מערכי שיעור. שכבות גיל מתאימות: כיתה י' ומעלה. המערך הראשון עוסק בנושא אהבה, השני עוסק בחיזור מותאם והשלישי עוסק בהכנה והתארגנות לדייט.





**SAFESCHOOL  
ANALYTICS**

**הטבה זמנית - סרטון ומערך שיעור בנושא**

**הימנעות מצפייה בסרטונים מהמלחמה ברשת**

**באדיבות: סייף סקול SafeSchool Analytics מערכת VOD עבור בתי ספר עם סרטונים ומערכי שיעור בכל הקשור לכישורי חיים ושיח חברתי ריגשי.**

מרגע שהתחילה המלחמה ב- 7.10.23, החלו להיות מופצים סרטוני זוועות ממעשי הטרור שהתרחשו בעוטף עזה. צילום הסרטונים והפצתם הוא מעשה טרור מכונן, שמטרתו להחליש אותנו. הצפייה בסרטונים מעניקה לנו תחושת שליטה (בתוך מציאות שמרגישה חסרת שליטה) ולכן רבים ורבות צפו וצופים בתכנים אלו. בני הנוער חשופים וחשופות עוד יותר, כיוון שהם צורכים את עיקר המידע שלהם ברשתות החברתיות. בשל הסקרנות שמאפיינת גילאים אלו, והמודעות הנמוכה לסכנה שבצפייה - גורמת לבני נוער להיות יותר בסכנה לחשיפה לתכנים קשים.

בואו נדבר על זה איתם! ועל האחריות האקטיבית שלנו מול כל התכנים שמפורסמים. רק הם והן יחליטו אם לצפות בתכנים אלו, ולכן חשוב לפתח עמם דיון שבו יצליחו להיות בקשר עם ההשפעות של הצפייה עליהם.

בסרטון זה עו"ס סיון לוטן מדברת על האחריות האקטיבית של הנוער מול התכנים שמפורסמים מעלה את המודעות להשפעות הצפייה עליהם.

**[מערך שיעור להורדה](#)**

**[קישור לצפייה בסרטון](#)**

הצפייה אפשרית עד תאריך 28-11-2023

כמו כן, ממשיכות להזמין אתכן. **[מהטבות שלנו באתר](#)**,  
וגם להציע **[הטבה משלכן](#)**.



## מסיימות שוב עם הזמנה אליכם לקחת חלק במידעון הבא שלנו.

נשמח להיתרם מהידע העצום שיש לקהילה הזאת להציע.  
אנא, הרגישו חופשי לנצל את הבמה הזאת.

עוד לא חברותים או ידידותים שלנו?

[הצטרפו אלינו עוד היום.](#)

מחכות להפגש בקרוב,  
ולהתראות שוב במידעון הבא.

