

חברות וחברי אגודה, ידידות וידידים יקרים,

הנה זה קורה – שנה שנדמתה אינסופית מגיעה לסיומה. בין מלחמות, סגרים וזומים, הצלחנו גם השנה לאפשר את הבלתי אפשרי ולקדם עוד קצת, עוד צעד, את זכותם של תלמידות ותלמידי ישראל לחינוך מיני מקצועי. אני רוצה קודם כול להתפעל מאיתנו, המחנכות והמחנכים למיניות, על הלא-ידידות ששנינו השנה, למרות הכול. חינכנו, השתלמנו, נפגשנו, הוצאנו ספרים וחוברות הדרכה, ארגנו כנסים והתמקצענו. ומעל לכל – הצלחנו במאבק המשפטי מול משרד החינוך וגפ"ן, והחזרנו את החינוך המיני אל מערכת החינוך. בואו נעצור רגע ונפרגן לעצמנו, כי הרווחנו את זה ביושר ובהרבה מאוד עבודה קשה!

וכמו בכל שנה, נסיים באירוע הכי גדול, משמח ומקצועי שלנו: יום העיון השנתי של האגודה יערך ב-7.7 באוניברסיטת בן גוריון בנגב. השנה בחרנו להקדיש אותו למהפכה הסובבת אותנו ומשנה את כל מה שידענו על חינוך, על חינוך מיני ועל מיניות: מה את מבינה? חינוך, מיניות, טכנולוגיה. כבר חודשיים אנחנו עמלות ועמלים להביא לכן את ההרצאות הכי עדכניות, את הסדנאות הכי פרקטיות, את המופעים הכי מרגשים! הכרטיסים נחטפו, אבל אם תמהרו אולי עוד תצליחו להשיג מושב בכנס, ולמי שלא תוכל להגיע – יש כמובן שידור בזום ונגישות להקלטות גם לאחר סיום יום העיון. כמי שלקחה חלק בצוות ההיגוי, אני באמת ממליצה מקרב לב לפנות את היום, להגיע פיזית, וגם לעשות את המאמץ ולהישאר עד לסיום-סיומת, כי התכנים האיכותיים יפתיעו ממש עד הרגע האחרון!

ואחרי שנתמודד ביום העיון עם אתגרי העתיד, נחזור הביתה להתמודד עם אחד האתגרים העתיקים ביותר של האנושות: מה עושים עם מתבגרות ומתבגרים בחופש הגדול? רגע לפני שאנחנו בדרכנו לחופשות, למחנות קיץ, למשמרות בעבודה ולשאלות הבלתי נמנעות של "איפה אתה?", "עם מי את?" ו"מתי אתם חוזרים?" – אני מבקשת לדבר קצת על הקיץ ועל המתבגרות והמתבגרים שלנו. הרשימה שלפני הקיץ מוקדשת בדרך כלל לטיפים מאיתנו אל הנוער: איך לשמור על עצמם בתוך הגבולות הפרוצים של החופש. הפעם החלטתי להפוך את הכיוון – ביקשתי מהתלמידות והתלמידים שלי לכתוב לי איך לעזור לנו, המבוגרים, לשמור עליהם. איך לא להגביל, לא לחפור, לא לבאס – ובכל זאת להיות רלוונטיים ורצויים בעולמם. אלו הטיפים שקיבלתי:

- אנחנו ילדים גדולים ואחראים. תסמכו עלינו. אל תכעסו, אל תענישו.
- תנו לנו להיות לבד. תנו לנו לא ללמוד. תנו לנו לחגוג. אל תכריחו אותנו לבוא איתכם
- אל תציקו בשאלות. רוצים לשאול על סקס? אמצעי מניעה הם נושא לגיטימי, וגם לוודא אם יש לנו בן או בת זוג. מעבר לזה – אם נרצה, נבוא ונספר.
- תעזרו לנו למצוא עבודה. אנחנו רוצים להרוויח כסף, אבל לא יודעים מאיפה להתחיל.
- אנחנו באמת מבינים ומסכימים שאנחנו צריכים לעזור במטלות הבית, אבל תגידו לנו מה צריך לעשות.



- אל תזכירו לנו משימות, אנחנו זוכרים (מישהו מזהה סתירה עם הנקודה הקודמת? לא הבטחתי קוהרנטיות – מדובר במתבגרים...)
- נשמח לעשות יחד איתכם חדר בריחה, לטוס לחו"ל, ללכת למסעדות, לבשל או לעשות שופינג – אם אתם משלמים...

אני לא ממליצה לאמץ את העצות הללו ככתבן וכלשונן. בכל זאת, מדובר בנקודת מבט של בני ובנות 15. אבל אולי כדאי לקחת בחשבון שכך הם רואים את עצמם, אותנו ואת העולם.

בסוף הדיון וההקשבה להם הרשיתי לעצמי להוסיף שלוש נקודות חשובות (רק שלוש!):

- אני יודעת שתיקחו סיכונים – חלק ישתו, חלק יעשנו, חלק יסתובבו עם אנשים חדשים ולא מוכרים. זה חלק מהחיים, ואולי גם חלק מההתבגרות. אבל תמיד תיקחו סיכונים מחושבים: תודיעו להורים שלכם איפה אתם, תענו כשהם מתקשרים, ותדאגו שיש מישהו שיודע איפה אתם ויכול לבוא לעזרתכם אם משהו משתבש.
- תשמרו על הגבולות, על הזכויות ועל הכבוד שלכם ושל החברים שלכם – מול מבוגרים, מול זרים, מול מעסיקים. אל תיתנו שיתנהגו אליכם לא יפה, ואל תאפשרו שינצלו אתכם בעבודה או בכל מרחב אחר.
- אתם נהדרים ומהממים! תכתבו את כל הדברים שאתם רוצים לעשות בחופש על פתק, ותנסו להגשים כמה שיותר מהם.

חופש נעים ומיטיב לכולם!

ותפילה קטנה ואופטימית לסיום: בבקשה-בבקשה, שהשנה הבאה תהיה סתם שנה. רגילה. נורמלית. שגרתית.

ד"ר נטע ארנון שושני, רכזת חינוך מיני בתיכון תלמה ילן.
תל חי - המסלול למיניות במעגל החיים.
חברת הועד המנהל.





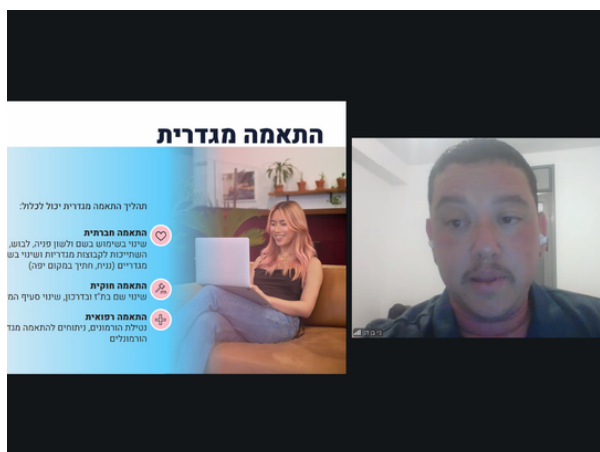
מפגש קהילת חיפה

בתחילת החודש קיימנו את המפגש האחרון לשנה של קהילת חיפה והצפון שלנו. זאת הייתה הזדמנות להפגש, להתנסות וללמוד יחד, בעיצומה של תקופה סוערת. המפגש האנושי היה נעים ומחבק. תודה גדולה לאורנה שומן, רים אלמאדי שלבי וליאור דואק על המתנות שהבאתם, ולאוריין כפרי ואבנר ראש על הניהול וההחזקה של המפגשים. תודה לכל מי שהגיע.ה ותרמה מהידע ומהניסיון שלה. נתראה בשנה הבאה!

הרצאת אגודה: עבודה מיטיבה עם א.נשים על הקשת הטרנסית

בתחילת השבוע קיימנו מפגש זום עם ניי בן דן, ממרכז ההכשרות הטרנסית, לציון יום הגאווה. בהרצאה עסקנו במושגים מרכזיים, בחוויות חיים נפוצות של הקהילה ובנקודות רגישות שעולות בעבודה עם א.נשים על הקשת. הכרנו נתונים חדשים ורכשנו כלים פרקטיים לשיח שמאפשר יצירת מרחב בטוח ומיטיב עבור משתתפות. עם מגוון זהויות מגדריות. לסיכום המפגש דנו בסוגיות ודילמות שאנחנו פוגשות.ים בשטח. תודה גדולה לניי ולכל מי שהשתתף.ה על מפגש חשוב, מעשיר ומשמעותי.

ההרצאה עלתה לאתר האגודה וזמינה לצפייה לחברי.ות וידידי.ות האגודה באזור האישי.



האגודה
לחינוך מיני
בישראל

7.7.2026
שלישי, כ"ב תמוז תשפ"ו

יוס'העין השנתי השישי של האגודה לחינוך מיני בישראל
חינוך למיניות מיטיבה - בין אקדמיה לשטח

מה את מבינה?
חינוך, מיניות, טכנולוגיה
אולם הסנאט, אוניברסיטת בן גוריון בנגב

9:00 התכנסות |
9:30 פתיחה וברכות |

עוזר רוזנפלד, מנכ"לית האגודה לחינוך מיני בישראל
פרופ' מיה לב-אג'א, התכנית ללימודי מגדר, אוניברסיטת בן גוריון בנגב
סיון לוסט, יו"ר האגודה לחינוך מיני בישראל

9:45 מושב ראשון: מיניות בעידן הדיגיטלי |
יו"ר: ד"ר נטע ארנון שושני
ד"ר דנה קפלן (האוניברסיטה הפתוחה) וד"ר יעלה להב-רז (אוניברסיטת בן גוריון בנגב), מין דיגיטלי כאינטראקציה חברתית: לקראת המשנה מחודשת
חוס חלעדי, בינה מלאכותית בחינוך: שינוי פרדיגמה, אתגרים והזדמנויות
סויה מנעם, מסך מנע: מיניות, אינטימיות ובני נוער ברשת

11:15 הפסקה |

11:30 מושב שני: טכנולוגיה וחינוך למיניות |
יו"ר: רוני ביגר
ד"ר אדווה ברקוביץ'-רוסנ, פדגוגיה של בינה מלאכותית בשירות החינוך המיני
יעל קדם, נתיב למיניות בריאה: יסודות, הנגשה והשתתפות בקרב אושפיטליסות בילדות ובהתבגרות
אלעד אהרון (בלה דואנת), בין ישירות למטאפורות: חינוך אקטיבי למיניות ברשת
אביר בניסין, "אלוהים פור-יז": הבניית תפיסות מיניות בעידן הדיגיטלי ע"י סמכויות רוחניות

13:00 הפסקת צהריים |

14:00 מושב שלישי: פגיעות ומונעות במרחב הדיגיטלי |
יו"ר: איתי אמדורסקי
יעל-פז פזואה (איגוד מרכזי הסיוע), בין מרחב דיגיטלי למרחב חינוכי: פגיעות מיניות ברשת נעמה פילדנפלד (עמותת שא"מ), מרחקות הפצה ופורנו: נקמה מאחורי הקלעים של עבירות מין ברשת

16:30 הפסקה |

16:45 אנתנו לא לבד - מופע אינטראקטיבי |
יוצרים: מיה מנעם וליאור זלמנסון

17:30 סיום |

יוס'העין ייעודי בשבועות חז' בזום (מלבד המושב הרביעי), בהחלף יוס'העין יוצגו דוגמי מצידה והפגרה.

להרשמה <<

צוות הכתיבה: ד"ר נטע ארנון שושני, איתי אמדורסקי, תהילה סריגורצ'וב, ד"ר סופי דאז, רחמי ביגור ופיה מנגוס | מנהלת: שחר רוזנפלד
האגודה לחינוך מיני בישראל sei.org.il

מה את מבינה? יום העיון השנתי השישי של האגודה לחינוך מיני - ההרשמה נסגרת!

יום העיון השנתי שלנו ממש מעבר לפינה! יום השיא של הקהילה: עם מפגש בין אנשי ונשות חינוך, חוקרים, אקטיביסטים. ות - והפעם נעסוק בחיבור בין חינוך, מיניות וטכנולוגיה: נבחן יחד כיצד השינויים המתהווים בעידן האלגוריתמי מעצבים מחדש את השדה של החינוך למיניות מיטיבה, ומה תפקידנו כמחנכות ומחנכים למיניות במציאות המשתנה הזו? אתם חייבות. יום להיות שם!

יום העיון יתקיים ביום שלישי, כ"ב בתמוז תשפ"ו, 7.7.2026. באוניברסיטת בן גוריון בנגב, וישודר במקביל בזום. רכישת כרטיס מקנה גישה לחומרים המוקלטים, למשך שבועיים.

[לפרטים ולהרשמה <<](#)

נותנים את הבמה לנפגעים - כנס יוצאים לאור

ביום חמישי, ב' באב 16.7 בשעה 17:00, יתקיים בבני ברק הכנס ה-3 של "יוצאים לאור" שיעסוק השנה בהשלכות של פגיעה מינית על המעגל הקרוב ופגיעה משנית.

הכניסה חופשית.

[לפרטים ולהרשמה](#)

נודתנים את הבמה לנפגעים

הכנס יוצאים לאור #3

המלכודת של המעגל הקרוב (ספירה מלגה)

יום חמישי / ב' אב / 16.07.26 / 17:00

מתחם אשטרום פורט

מגדלי LYFE / בני ברק

כניסה קדמית: צומת אבא הלל - פינת בן גוריון
כניסה אחורית: הירקון 5, בני ברק

אפשר להציע לך ידידות?

יש לך זיקה לשדה החינוך המיני?

זה הזמן להתחבר לקהילה מקצועית שתלווה אותך הלאה - בכיתה, בשטח ובמה שביניהם.



הצטרפו עכשיו לידידות באגודה - והרוויחו פעמיים!

מצטרפות. ים במהלך חודש יוני 2026 לידידות באגודה לשנת תשפ"ז (1.9.2026-31.8.2027)
ונהנות ים מ:

- 3 חודשי ידידות במתנה
- מחיר הצטרפות מוזל במסגרת ההרשמה המוקדמת (170 ש"ח במקום 185 ש"ח)
- הנחה מיידית ליום העיון השנתי ב-7.7.2026 במחיר חברות וידידות אגודה

האגודה לחינוך מיני בישראל מזמינה אותך להצטרף למסלול הידידות באגודה ולקבל:

+ מפגשים, הרצאות וסדנאות מקצועיות
+ הנחות והטבות על ספרים, ציוד מקצועי, כנסים ואירועים
+ גישה לתוכן עדכני - מאמרים, מערכי שיעור, כלים מהשטח ועוד
+ חיבור לקהילה מקצועית תומכת ומשפיעה

ידידות באגודה היא גם תמיכה בפעולה ציבורית רחבה למען חינוך מיני איכותי ונגיש בישראל.

להצטרפות

האגודה לחינוך מיני בישראל sei.org.il

האגודה לחינוך מיני בישראל פותחת את ההרשמה למסלול הידידות לשנת תשפ"ז - ואתם מוזמנות. ים להנות כבר מעכשיו!

למי הידידות מתאימה?

למי שיש לה זיקה לשדה של החינוך המיני אבל לא עומדת עדיין בתנאי הקבלה לחברות, ו/או רוצה להחשף לפעילות ולהכיר, או לתמוך בעשייה של האגודה.

מה את מקבלת בתמורה?

ידידות באגודה היא דרך לקחת חלק בקהילה מקצועית ומשפיעה הפועלת לקידום חינוך מיני מיטיב, מקצועי ונגיש בישראל וליהנות לאורך השנה מפעילויות, הרצאות וכנסים מקצועיים, הטבות שונות, גישה לתכנים ייחודיים וחיבור לקהילה פעילה של אנשי ונשות מקצוע בתחום.

עוד לא איתנו? זה הזמן להכיר!

המצטרפות והמצטרפים במהלך חודש יוני ייהנו מ:

- 3 חודשי ידידות במתנה
- מחיר הצטרפות מוזל לשנת תשפ"ז (170 ש"ח במקום 185 ש"ח - 11.5 ש"ח לחודש!)
- הנחה מיידית ליום העיון השנתי ב-7.7.26

[להצטרפות מהירה <<](#)



צילום: לוטן וולמן

הגנה עצמית ורבליט

רביד מנשה, מרצה, יוצרת תוכן ואקטיביסטית. MA במגדר עם התמחות בייעוץ מגדרי בארגונים. מאמנת נשים ונערות להצבת גבולות וביטוי עצמי ומפתחת תפיסת הגנה עצמית ורבליט. מומחית לקידום שוויון מגדרי ומניעת אלימות כלפי נשים ומהקולות הבולטים בזירה הפמיניסטית הישראלית.

הסיפור הזה חוזר על עצמו כמעט בכל מפגש שלי עם נערות.

היא בת 14, אולי 15. הוא גבר מבוגר שהיא לא מכירה. היא נוסעת באוטובוס, ומכל המקומות הריקים הוא מחליט להתיישב דווקא לידה. כל הגוף שלה נדרך. היא מתכווצת, נצמדת לחלון כדי להימנע ממגע מקרי בסיבובים, אבל היא לא עוברת מקום. כשאני שואלת למה, היא מסבירה לי שזו זכותו לשבת איפה שהוא רוצה ובעיקר, ש"לא נעים" לעבור מקום. האמיצות ביניהן מספרות שהן כן יקומו. אבל גם אז, הן לא יעברו למושב אחר. הן ירדו בתחנה הבאה ויחכו לאוטובוס הבא.

בפעמים הראשונות ששמעתי את הסיפור הזה ניסיתי להבין למה. למה נערה שמרגישה אי נוחות ברורה מנוכחות של אדם זר לא פשוט קמה ועוברת מקום?

"לא נעים, אני לא רוצה שהוא יחשוב שזה בגללו. הוא הרי לא עשה לי שום דבר".

זה כל הסיפור בקצרה: אי הנוחות שלו, של גבר זר המבוגר ממנה בעשרים, שהיא לא מכירה וכנראה לא תפגוש שוב בחייה, חשובה לה יותר מאי הנוחות שלה עצמה. זה לא חוסר ביטחון ילדי מול סמכות מבוגרים, זו לא חולשה ולא אופי. זו מערכת הפעלה חברתית שהותקנה בנשים כבר מילדות. זאת ה"ילדה הטובה" שלמדה מגיל קטן שהחוקים עבור נשים הם שונים. שהחברה מצפה מנשים להיות נחמדות, נעימות, עדינות, מתחשבות, מחייכות, לשמור על האווירה. לא להיות אגרסיביות. לא לאיים על אחרים. לא להיות "יותר מדי". ה"ילדה הטובה" למדה דרך אימון חברתי של מאות שנים שכדי להיות אהובה ובטוחה, היא צריכה קודם כל לא להפריע וכך מנגנון הישרדות הופך להיות מנגנון צמצום עצמי שאחד המופעים המסוכנים שלו הוא התפיסה שהנוחות של אחרים, חשובה יותר מהנוחות שלה עצמה.

הנערה הזו באוטובוס לא לבד. היא כל אישה שפגשתי בסדנה וסיפרה לי שצחקקה כשהבדיחה הייתה על חשבונה כדי לא לצאת כבדה, שלא הציבה גבול כשקולגה העיר על הגוף שלה מול כל הנוכחים בישיבה, שענתה על שאלה אישית מדי בנושא שלא רצתה לחלוק, שלא העזה לבקש את השכר שרצתה, ששתקה כשהקרדיט על העבודה שלה ניתן למישהו אחר, שהסכימה להיכנס איתו למיטה, למרות שהיא לא באמת רצתה. גם אם את רוצה לענות ולהציב גבול, למדת שזה לא מנומס. שזה "לא נעים". שאת אמורה לא לעשות עניין, לשמור על אווירה חיובית, לא להביך, לא לקלקל, לא להיתפס "יותר מדי". בשנייה אחת הקול נאלם, השליטה על הסיטואציה כבר לא שלך, ולפני שהספקת להבין מה קרה נוצרת דינמיקה שקופה של יחסי כוח בתוך האינטראקציה. אלה השיחות שלא מסתיימות כשהמפגש נגמר. הן ממשיכות לרוץ בראש שעות וימים אחר כך, עם כל הדברים שהיית יכולה להגיד, שהיית צריכה להגיד, אם רק לא היית קופאת.



כדי לאמן נשים לפעול שוב ושוב בניגוד לכל אינסטינקט בריא, נשים נאלצות לשלם את המחיר הכבד של התעלמות מאיתותי הגוף, ניתוק מתחושות הבטן, גם כשמשו מרגיש לא נכון. זהו חינוך עמוק שמייצר אצל נשים ונערות קושי לזהות את עצמן בתוך סיטואציה, במיוחד כשיש לחץ רגשי, מיני או חברתי. לכן "לא נעים לי" הוא אחד המשפטים הכי מסוכנים, וגם הכי שקופים, שנשים לומדות להגיד לעצמן. הוא מסכן את הגבולות ואת הביטחון האישי שלהן בלי שהן בכלל שמות לב. העניין הוא לא שהיא "לא יודעת מה לומר". היא פשוט לכודה במלכודת הילדה הטובה מול הסיכון החברתי. היא למדה את המחירים החברתיים שתשלם. אם היא תציב גבול ברור באסרטיביות, היא מסתכנת בתיוג כקשה, דרמטית או ביצ'ית והפחד מהתיוג הזה מחזיק הרבה מאוד שתיקה.

כאן בדיוק נכנסת לתמונה הגנה עצמית ורבליט. בעיניי, זו אחת המיומנויות החשובות ביותר שנשים ונערות יכולות ללמוד, ואחת הפחות מדוברות שמעניקות לנשים ונערות לא רק כלי מעשי, אלא גם כלי רגשי. היא עוזרת לנשים ולנערות לענות לא מתוך התפרצות, אלא מתוך כוח. היא מאפשרת להן לזהות מתי מופעל עליהן לחץ, מתי מזלזלים בהן, מתי מצפים מהן לוותר, ומתי הן קופאות, לא בגלל התנהגות פסולה שלה, אלא בגלל המחירים. אין מדובר רק ביכולת לשלוף את התגובה החדה ולהעמיד מישור במקום. אלא לפני הכל, להיזכר בכלל בזכות שיש לה לעשות את זה, להקשיב לתחושות הבטן, להישאר מחוברת לעצמה תחת לחץ, ולנסח גבול ברור גם כשהמערכת החברתית מצפה ממנה להיות נחמדה, מנומסת ולא לעשות עניין.

אחת התפיסות המוטעות והמושרשות שאני מלמדת נשים ונערות לזהות היא שלהיות נחמדה, לא לעשות עניין ולשמור על אווירה טובה, אינם נימוסים אלא דינמיקה שקופה של יחסי כוח מגדריים, שמרחיקה אותן מתחושות הבטן שלהן ועלולה להיות מסוכנת. בהקשר המיני, זה בולט במיוחד. הרבה נשים לומדות מגיל צעיר להעדיף את הקצב, הרצון והנוחות של הצד השני. הן שואלות את עצמן: מה הוא רוצה? מה יקרה אם אגיד לא? האם זה יפגע בו? האם הוא ירצה אותי? השאלות האלה יוצרות מציאות שבה המרחב המיני הופך למקום של התאמה מתמדת לרצון האחר, במקום למפגש הדדי. אבל מיניות בריאה לא יכולה להתקיים בלי גבולות. גבול הוא לא דחייה של אינטימיות, הוא התנאי שלה. רק כשיש אפשרות אמיתית לעצור, להאט, לשנות כיוון או לסרב, יש באמת בחירה. לכן הגנה עצמית ורבליט, בעיניי, אינה רק אוסף תשובות שנונות להערות לא במקום. היא אימון בהחזרת הסמכות הפנימית. בסדנאות אני מלמדת נשים ונערות לזהות את הרגע שבו הן מתחילות להצטמצם: מתנצלות לפני שהן מדברות, מסבירות יותר מדי, מרככות גבול ברור, או אומרות "כן" גם כשכל הגוף אומר "לא". המטרה שלי היא ללמד נשים ונערות להשתמש בקול, בשפת גוף ובטכניקות שמחזירות להן שליטה וכוח בתוך האינטראקציה. זו יכולה להיות טכניקת שאלות שהופכת את הכוח בדינמיקה, כמו "למה הכוונה?", או תזכורת פשוטה שגבול לא חייב להיות ארוך, מנומק או מאושר על ידי הצד השני כדי להיות לגיטימי. ומעל הכול, זו התזכורת החשובה שאין צורך להיות נחמדה ומנומסת למי שחצה את הגבול. לא כדי להיות תוקפנית, אלא כדי להפסיק לנהל משא ומתן על הזכות הבסיסית להרגיש בטוחה.

מעבר לכך, יש כאן שינוי חברתי עמוק יותר. כשאישה לומדת לקחת חזרה את הכוח שלה, זה לא הופך אותה לפחות נחמדה. זה פשוט הופך אותה לפחות ניתנת למניפולציה. וכשנערו לומדות שגבול הוא לא נגד האחר אלא בעד עצמן, הן נכנסות לעולם הבוגר עם יותר חופש, יותר בהירות ויותר הגנה פנימית.

[לאתר של רביד](#)

[לעקוב אחרי רביד באינסטגרם](#)



חסמים ומשאבים בתקשורת על מיניות בין הורים לילדיהם.ותיהם

המתבגרים.ות

ד"ר אורנה יונאי, יועצת חינוכית, מנחה למיניות מיטיבה ומטפלת זוגית ומשפחתית מוסמכת

במהלך שני עשורים בהם אני עוסקת בייעוץ חינוכי, בטיפול זוגי ומשפחתי, ובהנחיית מתבגרים.ות למיניות מיטיבה, נחשפתי שוב ושוב לקושי של הורים לשוחח עם ילדיהם.ותיהם על מיניות. חלקם העדיפו שהיועצת או איש מקצוע אחר ינהל את השיחה במקומם. לצד זאת, הבחנתי בפער בין תפיסות ההורים לגבי עולמם המיני של ילדיהם.ותיהם לבין המציאות כפי שעלתה בשטח. תובנות אלו, יחד עם הצורך שזיהיתי בקרב הורים ואנשי חינוך, עוררו בי את הרצון להעמיק בהבנת החסמים, החששות וההזדמנויות הטמונים בשיחה של הורה-ילד. על מיניות, מתוך אמונה כי תקשורת פתוחה, מיטיבה ומותאמת גיל הינה אחד המשאבים לקידום בריאות, רווחה וביטחון בקרב ילדים ובני נוער. מפה יצאתי למחקר בו הקשבתי להורים אשר שיתפו בחוויותיהם. בתקשורת על מיניות עם ילדיהם.ותיהם, ובחנתי מהם החסמים המונעים מהורים לדבר עם בנם או בתם על מיניות, ומהם המשאבים המאפשרים הפרת השתקה וניהול תקשורת מיטיבה?

שלושה מצבים של התמקמות הזהות ההורית מול השתקת המיניות

במחקר זיהיתי **שלוש זהויות הוריות** הממוקמות על רצף מול השתקת המיניות – הורים המקיימים תקשורת חד-כיוונית, הורים משתיקים והורים המקיימים תקשורת דו-כיוונית. ניתן לראות את שלוש הזהויות כמאורגנות סביב תפיסת האחריות ההורית ביחס לשיחה על מיניות. סיווג זה נשען על מידת ההכרה של ההורים במיניות ילדם.תם והמידה בה הם נותנים לגיטימציה לחקירת המיניות וההנאה ממנה.

קבוצת ההורים הראשונה היא הורים המפרים השתקה ומנהלים תקשורת חד כיוונית, המונח 'תקשורת חד כיוונית' מבטא תקשורת בה המידע זורם בעיקר בכיוון אחד, מהצד של ההורים אל ילדם.תם. השיח הדומיננטי הוא **השיח השמרני-מוסרני**. אצל הורים אלה מתהווה תבנית של **אחריות הורית שותקת** בהקשר של תכנים המתייחסים להיבט החיובי של מיניות נעורים, ועולה מחויבות הורית להיות מדריך מוסרי. הדיבור המוסרני בא לענות על הצורך של ההורה למלא את תפקידו ההורי מתוך עמדה של אחריות על התפתחות והתבגרות ילדו.תו, אך חושף קושי לראות את צורכי המתבגרים.ות. ההורים פועלים מתוך תחושת ודאות הורית וחסרות להם מיומנויות תקשורת. לפיכך מאפייניה של התקשורת ההורית החד-כיוונית הם רמת פתיחות נמוכה, הסתרת התנסויות/התלבטויות/פגיעויות של ההורה, טון דיבור מטיף ושיפוטי, תפיסת גבול פרטיות המתבגר.ת כגמיש, ועיתוי שיחה לא רציף, כתגובה לאירוע קונקרטי במטרה להזהיר ולכוון התנהגות אחראית.



בקבוצת ההורים השנייה, המשתיקים מיניות או ממעטים לדבר עליה, השיח הדומיננטי הוא שיח ההשתקה. בקרב הורים אלה מתהווה **אחריות הורית מאפשרת**, המכוונת לאפשר את ההתפתחות העצמית של הילד. תוך שמירה על פרטיותו ומיעוט התערבות. השיח האינדיבידואליסטי של ההורים מתרחק מההתמקמות האוסרנית של השיח השמרני-מוסרי ובה בעת מאמץ את עקרונות ההשתקה, תוך הצדקתם באמצעות טיעונים כגון: חשיבותה של הפרטיות או הקניית ערכים דרך היות ההורים דוגמה אישית. **התקשורת השותקת** היא תקשורת חסרה ומועטה. השיחות, המתקיימות בתדירות נמוכה, נוטות להיות קצרות, דלות, מעורפלות ועקיפות.

בקבוצת ההורים השלישית, המפרים השתקה ומנהלים תקשורת דו-כיוונית, השיח הדומיננטי הוא שיח המיניות הבריאה. תפיסת **האחריות ההורית מזוהה עם דיאלוגיות**, כוללת נוכחות הורית תומכת, מחויבת לתיווך המיניות בדיאלוגיות, מתן מידע וידע, ועידוד לחשיבה ביקורתית בתהליך ההתבגרות המינית. להורים אלה יש משאבים המאפשרים להם לנהל דיאלוג עם ילדיהם. ותיבהם, הכוללים גם את תחושת האחריות ההורית שמהווה משאב להפרת ההשתקה. התקשורת הדו-כיוונית מאופיינת בתחושת נינוחות, פתיחות, הקשבה, כבוד הדדי, ועמדה הורית המכבדת את פרטיות המתבגר. ויודעת לחצותו כשנדרש. הקשר השיחה ועיתויה משולבים בשגרת החיים באופן רציף, ותוכן השיחות רחב בהיקף הנושאים.

משאבים להפרת ההשתקה

המאפיין המשותף בקרב ההורים שקיימו דיאלוג בנושא מיניות עם ילדיהם. ותיבהם המתבגרים. היה רכישת ידע ומיומנויות תקשורת בתחום המיניות וההתבגרות. ידע כללי בחינוך מתבגרים. ותיבהם או ניסיון בעבודה עם מתבגרים. ותיבהם (למשל הוראה) לא נמצאו כמספיקים בפני עצמם לקידום שיח פתוח בנושא. ההורים רכשו את הידע ומיומנויות תקשורת באמצעות השכלה פורמלית בתחומי הייעוץ, הטיפול והרפואה; במסגרת הכשרות ופעילויות בלתי פורמליות, כגון "סיירת הורים", השתתפות בהרצאות וסדנאות; וכן באמצעות למידה עצמאית ממקורות מידע מגוונים. ניתן ללמוד מהורים אלו על החשיבות והתרומה של החשיפה למשאבי ידע ולרכישת מיומנויות תקשורת בנושא המיניות, לדינמיות של ההורים בניהול תקשורת פתוחה.

מה ניתן לעשות בפועל?

ההורים תיארו את החסמים המובילים להשתקת השיח על מיניות, לצד הצרכים והמשאבים הנחוצים להם. לקיום תקשורת מיטיבה עם ילדיהם. ותיבהם. מן הממצאים, עלה גם כי כאשר הורים רוכשים ידע, שפה ומיומנויות תקשורת, הם מסוגלים לנהל דיאלוג פתוח, רציף ומותאם. בנוסף חלק מההורים תיארו תחושה של בדידות ההורית וחוסר אונים בהתמודדות עם הנושא. לאור זאת, עולה הצורך **בפיתוח ובהרחבה של תוכניות התערבות רב מערכתיות המיועדות להורים, אשר יסייעו ביצירת שינוי ויעניקו:**



- ידע על מיניות וכלים להתמודדות עם אתגרים האופייניים לגיל ההתבגרות.
- מרחבים להתייעצות, שיתוף ותמיכה עם אנשי מקצוע.
- התבוננות וחקירת העמדות של ההורים, שיתוף של ההורים בזיכרונות, בערכים ובמסרים שהם ספגו בבית הוריהם, ואתגור עמדותיהם.
- מיומנויות לתקשורת הדדית כגון: פתיחות, הקשבה, כבוד הדדי, ועמדה הורית המכבדת את פרטיות המתבגר. ת ויודעת לחצות את גבול פרטיותו. כשנדרש.
- מיומנויות ליצירת דיבור רציף המשולב במעגל החיים ומותאם לגיל הילד. להסביר את הצורך בדיבור מתמשך, שאיננו רק תגובתי, וללמד אסטרטגיות כיצד ליזום ולפתוח בשיחה על הנושא.
- העלאת מודעות ההורים לנושאים הנוטים להיות מושתקים כמו פורנוגרפיה, שהיו משותפים לכל שלוש קבוצות ההורים במחקר, והקניית כלים כיצד לשלבם בשיחות.
- להתייחס בתכנים לתהליכי הסוציאליזציה המגדרית של ההורים ולהפנות את תשומת לבם למסרים הממוגדרים ולסטנדרטים כפולים בתקשורת עם המתבגרים. למשל חשוב ללמד את ההורים כיצד להבנות סובייקטיביות מינית אצל נערים ולא רק אצל נערות, באמצעות תכנים שיעסקו בחיבור לגוף, להקשבה לעצמם ולרצונם.
- הבניית המשמעות של אחריות הורית דיאלוגית, שהינה משאב לתקשורת מיטבית.

הרחבת האחריות ההורית לקידום בריאותם המינית של מתבגרים. ות מחייבת שותפות בין ההורים לבין המדינה, מערכת החינוך והקהילה. רצונם של ההורים לקבל ידע, הדרכה ותמיכה משקף את הצורך בליווי מסודר, ומדגיש את החשיבות של מדיניות ציבורית שתנכיח את ההורים כמחנכים למיניות בריאה. זוהי סוגיה חברתית המשותפת להורים רבים, שנדרש לה מענה חברתי חינוכי ציבורי בהקשרים של חינוך מבוגרים. ות בקהילה. יצירת אחריות משותפת לקידום שיח המיניות הבריאה, עשויה לחזק את מעורבות ההורים ולהעצימם כדמויות משמעותיות.

בפתח דבריי תיארתי את המוטיבציה למחקר, שהתעוררה מצורך שזיהיתי בשטח. בסיומם, אני מבקשת להפנות זרקור לצורך שעלה מהמחקר: הצורך של הורים בידע, בהכוונה ובכלים שיסייעו להם לקיים שיחה מיטיבה על מיניות עם ילדיהם. ותיהם.

אסיים בציטוט של אסתר פרל (מטפלת זוגית ומשפחתית, סופרת והוגת דעות):
"הרבה ממה שנלמד על המין מקורו ברחוב, במדיה ובבית הספר, אך לפני שמהו מכל אלה מגיע אל האדם, משפחתו מקדימה אותו" (פרל, 2007).

[מבוסס על מחקר הדוקטוראט שלי: אורנה יונאי, 'חסמים ומשאבים בתקשורת בין הורים לילדיהם. ותיהם המתבגרים. ות' בהנחיית פרופ' אורלי בנימין, אוניברסיטת בר אילן]



חופש גדול בשנות המוח הקפוא שלומית הברון, מנכ"לית משותפת, מידע אמין על מין

"הבת שלי בכיתה ו', מתנהגת כאילו היא ב-ט'! אני משתגעת!" אמרה לי אמא בשיחת ייעוץ השבוע. "אני מבינה ממש" אמרתי לה "כי בשבועות האחרונים אנחנו שוב ושוב מקבלות שיחות טלפון מהורים שמספרים על בוגרי ובוגרות כיתות ה', ו', ז', ח' עם התנהגויות שלפני הקורונה היינו פוגשות יותר לכיוון ח' ו-ט' ומעלה.

הנה עוד דוגמאות שהורים סיפרו לנו:

- בן 11 מתעקש ללכת לגינה הציבורית עם החבר'ה ולשהות שם מהערב עד הלילה.
- בת 12 התחברה לבנות 14 ורוצה לצאת איתן לבלות בעיר בשעות מאוחרות.
- אבא של בן 13 הריח ממנו מספר פעמים סיגריות.
- בת 12 מוחקת את כל הודעות הווטסאפ שלה באובססיות.
- בן 11 וחבריו דרגו את הבנות בכיתה בטבלה לפי "התחת הכי שווה" ו"הציצים הכי שווים".
- בת 13 שלחה תמונה סקסית שלה בחזייה לנער מהכיתה והוא החזיר לה תמונה שלו בתחתונים עם זקפה.

החופש הגדול בשנים שאנו מכנות "שנות המוח הקפוא" – מרגע שגיל ההתבגרות מתחיל ולפני שהקורטקס, החלק הקדמי של המוח מתפתח ומסייע למתבגרים'ות להפעיל שיקול דעת וברקסים, הוא תקופה מאתגרת באמת. גם להם'ן וגם לנו ההורים. זה השלב שבו:

- הם'ן גדולים'ות מדי לקייטנת בית ספר
- הם'ן קטנים'ות מדי להדריך בקייטנה
- הם'ן גדולים'ות מדי להיכנס למיטה בתשע וחצי
- הם'ן קטנים'ות מדי לעבודת נוער אמיתית
- הם'ן גדולים'ות מדי להנחות מסוג "את'ה נוסעת לסבתא"
- הם'ן קטנים'ות מדי לבילויים במסיבות

בתפיסת העולם שלנו "שנות המוח הקפוא" הן שנים משמעותיות, דרמטיות (גם מרגשות, מלאות עניין ומשעשעות) וסיכוניות. הן סיכוניות מכמה סיבות:

- חלק מהילדים'ות נראים'ות ממש גדולים'ות פיזית - זה מבלבל אותנו. ("את ממש גדולה - את בסוף ה', למה את מתנהגת כמו תינוקת?! מה את לא מבינה?!")

- החלק מהמתבגרים'ות נראים'ות ממש קטנים'ות פיזית – זה מבבלב אותנו. ("אתה כולה גומר ח', אתה תינוק! נראה לך שתסתובב בחוץ בערב?!")
- הילדים'ות (ה'ו') עדיין ילדים'ות. רוצים'ות להיות גדולים'ות, אבל בתפיסת העולם שלנו – הם עוד לא. המתבגרים'ות (ז'ח') על קו התפר. כבר מתבגרים'ות – אנחנו צריכים ללמוד אותם'ן מחדש, לתת להם'ן לגדול מצד אחד, ולסייע להם לא להסתכן מצד שני. וזה מסובך.

עשרה כללים לנוכחות הורית עם ילדים'ות בוגרים ומתבגרים'ות צעירים

1. **לא לשכוח את הגיל שלהם** – בתפיסת העולם שלנו יש הבדל גדול. בוגרי כיתות ה'ו' – הם ילדים'ות בוגרים'ות. בוגרי כיתות ז'ח' – הם מתבגרים'ות צעירים'ות. כולם בשנות המוח הקפוא – הורמונים גואים, תחושת מסוגלות כוזבת גבוהה וחלק קדמי של המוח שעוד לא נכנס לפעולה.
2. **נהלו איתם משא ומתן על מה שחשוב לכם**. לא להנחית מצד אחד ולא לתת להם לעשות מה שבא להם מהצד השני.
3. **דעו איפה הם תמיד**. לא לאפשר יציאה מהבית בלי שאתם יודעים לאן הולכים, מתי חוזרים ועם מי הם.
4. **קבעו שעת חזרה הביתה** – לפי תפיסת העולם שלכם – אבל קבעו שעת חזרה.
5. **קומו כשהם חוזרים הביתה** – תהיו שם. תראו איך הם חוזרים. מה שלומם. תריחו, אלוהול? סיגריות? כן – זה הגיל שחלקם מתחילים. הילד שלכם חנון? אז מה. אל תחשבו לרגע שזה לא קשור אליו.
6. **צרו קבוצת ווטסאפ** עם ההורים של החברה שלהם. נכון, אם הם מתבגרים'ות, הם "יהרגו" אתכם. זה בסדר. מותר להם לכעוס, אבל זו אחת הדרכים היעילות ביותר לדעת מה קורה, לעמוד יחד מול דרישות מסוג "לכולם מרשים ורק את לא מרשה כלום!" וגם ללמוד, לשמוע דעות של הורים אחרים ולקבל תמיכה ועזרה אם צריך. כן, זה אפשרי גם כשהם בכיתה ח'. מומלץ בחום.
7. **שוטטות וישיבה בפארקים**
 - אם בוגרי ה'ו' משוטטים או יושבים בפארק – ההמלצה שלנו היא לגייס הורים נוספים של אותה חבורה ולעשות "סיירת הורים" ממוקדת. בכל שעה, יגיע הורה לבדוק מה קורה.
 - אם בוגרי ז'ח' משוטטים או יושבים בפארק – ההמלצה שלנו היא שלפחות אחת לערב (רצוי יותר) יגיע הורה לבדוק מה קורה.
 - חשוב חשוב חשוב – דברו איתם מה עושים בפארק. דברו איתם שלא יצפו יחד בפורנוגרפיה, זה אחד מהדברים שאנו שומעות שוב ושוב. לצפות יחד בפורנוגרפיה בקבוצה בגיל הזה יוצר עורות מינית גבוהה, בשילוב עם לחץ חברתי וצורך "להראות" שאופייני לגיל, זו סיטואציה סיכונית.
8. **נסו כמיטב יכולתכם לאפשר להם בילוי במקומות יותר בטוחים**: בסלון של הבית, כשאתם בחדר נותנים להם "בית ריק" בכאילו. שילכו לפיצה ויחזרו. אם יש גינה צמודה לאחד הבתים, אם יש חצר של בית, אם יש מתנ"ס שיש בו אנשים בוגרים. פנו לראש'ת העיר שלכם. בקשו שיצרו מקומות רביצה לנוער שיש בהם פיקוח.



9. **התקינו תוכנות הגנה על הסלולרי של בוגרי ה'ו' -** דברו עם בוגרי ז' ח' על תוכנות הגנה לסלולרי, נהלו איתם משא ומתן במידת האפשר, דאגו גם להגנה על הסלולרי שלהם. במידה והם לא מסכימים לתוכנת הגנה, בקשו מהם לשבת איתם מדי פעם ולראות מה קורה בסלולרי. אתם עושים את זה כי אתם אוהבים אותם. אל תשכחו את זה. זה לא נגדם. זה בעדם. זו חובתכם.
10. **דברו איתם על מה מצלמים ומה לא מצלמים** לפי תפיסת העולם שלכם והערכים שלכם. דברו איתם על חוק הסרטונים שידעו מה חוקי ומה מותר לצלם ולהעביר ומה לא. הקנס הוא 50,000 ש"ח מהכסף שלכם. זו זכותכם וחובתכם לדבר איתם.

- [הורידו בחינם כ-60 דפי מידע ואת חוברת הרמזור](#)
- [פודקסט מידע אמין על מין בספוטיפיי](#), [באפל פודקאסט](#), [ביוטיוב](#)
- [רשתות חברתיות: פייסבוק, אינסטגרם](#)



יום העיון השנתי השישי של האגודה לחינוך מיני בישראל
חינוך למיניות מיטיבה - בין אקדמיה לשטח

**מה את מבינה?
חינוך, מיניות, טכנולוגיה**

**קול קורא
להקמת דוכנים**

7.7.2026
שלישי, כ"ב תמוז תשפ"ו
אולם הסנאט, אוניברסיטת בן גוריון בנגב

קול קורא להקמת דוכנים ביום השנתי של האגודה

ביום העיון השנתי של האגודה, שיתקיים ב-7.7.2026 באוניברסיטת בן-גוריון, נעמיד לרשות המשתתפות והמשתתפים מתחם דוכנים ייעודי. אנו מזמינות ארגונים, תוכניות, מטפלות, מנחות, יועצות, חומרים מקצועיים להציג חומרי הסברה, חומרי הדרכה, מוצרים ושירותים רלוונטיים לעוסקות ולעוסקים בתחום החינוך למיניות.

[להרשמה להקמת דוכן](#)

אגודת מרכזי הסיוע
לפגועות ולנפגעי תקיפה מינית
اتحاد مراكز المساعدة
لضحايا الاعتداءات الجنسية

**בלי
פילטרים**
לדבר על מה שחשוב באמת.

**בואו להנחות
בני ובנות נוער**

בשיח אמיתי על מיניות מיטיבה
ומניעת אלימות מינית

אם יש לכן לב פתוח
ונסיון בהנחיית ילדים ונוער - הצטרפו אלינו!

מחלקת החינוך של מרכזי הסיוע מגייסות
מנחים ומנחות להנחיית סדנאות ברחבי הארץ.
פרטים והגשת מועמדות בקישור <<

מרכזי הסיוע לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית מגייסות מנחות.ים לשנה"ל תשפ"ז

מרכזי הסיוע מגייסות מנחות ומנחים להעברת סדנאות למיניות מיטיבה ומניעת אלימות מינית. מחלקת החינוך שלנו מגיעות מדי שנה ליותר מ-100,000 בני ובנות נוער ברחבי הארץ, זו ההזדמנות שלך לקחת חלק בעשייה חינוכית משמעותית ולהיות חלק משינוי חברתי.

אנחנו מחפשות נשים וגברים עם ניסיון בעבודה עם נוער, הדרכה או הנחיית קבוצות, ובעלי תואר ראשון לפחות בתחומי הטיפול, החינוך, המגדר או העבודה הסוציאלית.

[מלאו את הפרטים בקישור המצורף](#)

עד כאן להפעם.

לפרסום במידעונים הבאים, או לכל רעיון או עניין אחר, מוזמנות.ים לפנות אלינו במייל

info@sei.org.il

עורכות: עתר רוזנפלד, ד"ר נטע ארנון שושני



נקודת מפגש
להבין מתבגרים



קורס הנחיית קבוצות
עם התמחות בנוער

מרכז ופרקטי 60 שעות יולי 26

קורס הנחיית קבוצות עם התמחות בנוער - נקודת מפגש

להיות מומחית בעבודה עם נוער זה להיות קוסמת. להיכנס לחדר ולהבין מה קורה בתוכו, גם בלי מילים. לראות את השתיקות, הצחוקים, או בחינת הגבולות שלהם בלי להיבהל. לבחור מתוך סל גדול של כלים - מתי להוביל? מתי להקליל? מתי להישען אחורה? בקיץ הקרוב נלמד את הכלים שעובדים לנו עם מעל 150,000 נערים ונערות.

הטבה מיוחדת לחבריות/ות אגודה: 300 ש"ח הנחה - קוד קופון aguda לפרטים ולהרשמה

תכנית הכשרה מוכרת מטעם האגודה לחינוך מיני בישראל
ג'ת תשפ"ו

הטבה לחברות וחברי האגודה לחינוך מיני בישראל
הנחה של 400 ש"ח בשכר הלימוד

מרכז אינא
ד"ר חן קצניץ פוסלר

הכשרה מקיפה בנושא התפתחות מינית, חינוך מיני ומוגנות מינית בילדות: החל מינקות ועד סוף בית ספר יסודי

לימודי התעודה המקיפים ביותר בארץ עם התמחות במיניות בילדות מתחילים באוקטובר הקרוב



*ההטבה בתוקף עד ה-02.08.26. ההטבה נכרת מהמחיר המלא, ללא כפל הטבות. למימוש ההטבה יש לציין בטופס הרישום - חבר.ה באגודה לחינוך מיני בישראל.

הכשרה מקיפה בנושא מיניות בילדות - מרכז ההכשרות אינא

מרכז ההכשרות אינא פותח מחזור נוסף של ההכשרה המקיפה ביותר בארץ בנושא מיניות בילדות: חינוך מיני, מוגנות מינית והתפתחות מינית של ילדות וילדים החל מינקות ועד סוף בית ספר יסודי. בנובמבר הקרוב יפתחו שני מסלולי לימוד, בוקר וערב, של הכשרה היברידית - 12 מפגשים פרונטליים ו-12 מפגשי זום.

הטבה מיוחדת לחבריות וידידות אגודה: 400 ש"ח הנחה בדמי הרישום. למימוש ההטבה יש לציין בטופס הרישום - חברה באגודה לחינוך מיני בישראל.
לפרטים ולהרשמה

עד כאן להפעם.

לפרסום במידעונים הבאים, או לכל רעיון או עניין אחר, מוזמנות.ים לפנות אלינו במייל

info@sei.org.il

עורכות: עתר רוזנפלד, ד"ר נטע ארנון שושני

