

הכיתה כמרחב בטוח

מערך שיעור למחנכת/ת על-יסודי לפתיחת שנת הלימודים תשפ"ג מחלקות חינוך והסברה של מרכזי הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית

מחנכת/ת יקר/ה,

המערך שלפניכם נכתב לטובת תחילת שנת הלימודים ומטרתו המרכזית היא לקדם את הפיכתה של הכיתה שלכם למרחב בטוח יותר עבורכם ועבור התלמידות/ים. אחת המשימות המרכזיות שלנו כצוות חינוכי היא להפוך את הכיתה למרחב שבו כל התלמידות/ים יכולים להרגיש בנוח להתבטא בחופשיות ולהביא עצמם במלואם, מבלי לחשוש משיפוטיות, בריונות או אלימות מכל סוג שהיא. המערך מבקש להוות נקודת פתיחה משמעותית בקיום שיח רגשי פתוח על נורמות וגבולות בכיתה. מערך זה נשלח אליכם בכבוד רב לתפקיד שבתרנ"ם, לשליחות החשובה שבו ולאחריות הגדולה שבאה עימו.

איגוד מרכזי הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית הוא ארגון הגג של תשעת מרכזי הסיוע הפרוסים ברחבי הארץ, ומעניקים תמיכה וליווי פרטניים לנפגעות/ים ולסביבתן/ם הקרובה. מחלקות החינוך של כל מרכזי הסיוע נמצאות כאן עבורכם בסדנאות פסיכו-חינוכיות לנוער, הרצאות להורים ולצוותים החינוכיים וכמובן, מערך תמיכה זמין 24/7 סביב כל אירוע של חציית גבול או פגיעה שמתרחשת.

מאחלות שנת לימודים מלאה ברגעי צמיחה ומשמעות!

חשוב לזכור:

- המעריך הינו המלצה בלבד - חשוב שנאמין ונזדהה עם התכנים שנעביר.
- השיעור הוא הזדמנות לקדם שיח רגשי פתוח וכנה בכיתה - מרכיב מרכזי של מרחב בטוח.
- השיעור הוא הזדמנות למקם אתכם/ם ככתובת נגישה ומשמעותית עבור התלמידות/ים.
- מומלץ לקיים את השיעורים במעגל ולתת לכמה שיותר קולות להישמע ולבוא לידי ביטוי.
- ניתן לקחת חלק מהמתודות ולקיים שיעור של 45 דקות, או לפרוש אותן על פני שיעור של 90 דקות.
- קחו את המעריך והפכו אותו לרלוונטי ונוגע עבורכם/ם ועבור הכיתה שלכם/ם.

כיצד נגדיר מרחב בטוח:

- אווירה, מעשים ושיח מכבדים. מרחב חף מיחסי כוח וביטויים של ביזוי ואלימות.
 - מרחב המעודד שיח רגשי, תקשורת, הדדיות והסכמה חופשית.
 - לכל אחד ואחת יש את החופש להיות מי שהן/ם: קבלה של כל הזהויות המגדריות והנטייות המיניות.
 - היכרות עם הגבולות שלי, כבוד לגבולות של האחר/ת וחופש להגיד אם משהו מפריע או חוצה לי גבול.
 - מרחב שיש בו כתובת לשאול, לדבר ולשתף בפתיחות.
- חשוב לקחת בחשבון שזה האידיאל, העבודה עם נוער במרחב הבית ספרי לעולם תביא עימה מורכבויות והתמודדויות אבל יש לשאוף לכך ולהיעזר בהגדרות אלה ככלי לבדיקה והתייחסות.

מערך השיעור:

חלק א' – פתיחה ותאום ציפיות:

נאמר: שנת הלימודים נפתחת וחשוב לי שניקח את השיעור של היום ונקדיש אותו לטובת התבוננות על הכיתה שלנו ועל האווירה בה מתוך רצון שלי להפוך את הכיתה למרחב בטוח ככל הניתן עבורי ועבור כל אחד/ת מכן/ם. אני מזמינה/אתכן/ם לשיח פתוח וכנה וללקיחת אחריות משותפות עימי על הובלת השיעור. הפכו אותו רלוונטי עבורכן/ם ונצלו את ההזדמנות לבטא דברים שחשובים לכן/ם! (יש להתאים את רוח הדברים לאם זו כיתה ממשיכה או חדשה).

חשוב לי ש:

- נשמור על סודיות, לא נחשוף סיפורים או שיתופים אישיים מהשיעור.
- נדבר בגוף ראשון בלבד, זו בחירה של כל אחת/ד האם לדבר ומה לומר.
- נשאף לא להתווכח ולהגיב, יש מקום למגוון רחב של דעות ועמדות זו לצד זו.
- נקיים שיח בטוח ומכבד בקבוצה. ללא שיפוטיות וציניות. לא תתקבל שום צורה של אלימות.
- במידה ועולים תכנים שמעוררים מחשבות או תחושות לגבי גבול שנחצה חשוב לזכור שאתן/ם לא לבד. אפשר לשוחח עם משהיא/וא מצוות בית הספר או לפנות לשירותי מרכז הסיוע:

מענה נשי- 1202, מענה גברי- 1203 או מענה בצ'אט KOLMILA (מוזמנות/ים לכתוב על הלוח)

חלק ב' – הכי כן או ממש לא:

נזמין את הכיתה להתבונן ביחד על עצמה כמרחב. אפשרות א': נבקש מהכיתה לעמוד במרכז החלל, נקריא כל פעם היגד ונבקש מה/ם להתפזר (כל אחת/ד לפי עמדתה/ו) על ציר דמיוני שקצה אחד שלו זה "הכי כן" והשני "הכי לא", ניתן להתמקם גם במרכזו ולאורכו. אחרי כל היגד ניתן למספר קולות ועמדות להישמע ונזמין חלק להסביר למה נעמדו איפה שנעמדו. אפשרות ב': נקיים את התרגיל בישיבה, נקריא כל פעם היגד ונבקש ממי שמסכים עם ההיגד להצביע וממי שלא לשלב ידיים. אחרי כל היגד ניתן למספר קולות ועמדות להישמע ונזמין חלק להסביר. בסיום כל אחת מהאפשרויות ננהל דיון קצר: מה זה בעצם מרחב בטוח? מה חשוב שיהיה שם? האם זה ריאלי לצפות שהכיתה תהיה מרחב בטוח?

- בכיתה שלנו יש שוויון בין הבנות ולבנים.
- בכיתה שלנו אפשר לדבר בחופשיות בלי לפחד שיצחקו עליך.
- בכיתה שלנו אין סיכוי שמישהי/ו יישאר לבד לגמרי בהפסקה.
- הכיתה שלנו היא מרחב בטוח לצאת בו מהארון.
- בכיתה שלנו קל לשים גבול ולסמוך על זה שיכבדו אותו.
- הכיתה שלנו היא מרחב בטוח.

חלק ג' – ניתוח סיפור מקרה:

סיפור מקרה:

בזמן האחרון רצה בכיתה איזו בדיחה שבמהלך השיעור כאשר המורה להיסטוריה לא מסתכלת חלק מהבנים משמיעים גניחות מיניות ושאר הכיתה צוחקת. באחד משיעורי חינוך טל מעלה את הנושא מול המחנך ואומרת שזה גורם לה להרגיש לא בנוח וחוצה את הגבול שלה. בכיתה מתפתח דיון קולני, הרבה נערות ונערים אומרים/ות לה שהיא סתם כבדה ושזה בצחוק. מכמה כיוונים מזרק אליה שהיא הכי מכבה והורסת. טל יוצאת מהכיתה באמצע השיעור פגועה ונסערת.

שאלות לדיון כיתתי:

- **למה לדעתכם/ הכיתה הגיבה כך כלפי טל?**
הזדמנות לשוחח על המקום של אחד/ת מול כולם/ן- מה קורה כשלמישהו/י יש דעה שמנוגדת לדעת הרוב. זה יכול להיות בהקשר פוליטי, חיסונים, נטייה מינית, טבעונות... נרצה להעביר את המסר שבכל קבוצה יש את הפוטנציאל לדעות מרובות ומגוונות. לעיתים נהיה בדעת הרוב ולעיתים נהיה בדעת מיעוט. נשאף לסמן את הכיתה שלנו כמקום בו כל אחד/ת יכול/ה להביע את דעתה/ו ללא חשש מירידות, אלימות או בריונות.
- **האם רק טל מרגישה ככה? מי עוד אולי נפגע?**
תלמידות אחרות בכיתה, תלמידים – גם אלה שצחקו, המורה להיסטוריה... לפעמים המרחב לא מספיק בטוח אפילו כדי להיפגע בקול, להביע את הקושי שלנו.
- **האם לדעתכן/ם טל הגיבה בקיצוניות?**
יתכן שטל מרגישה שנדחקה או שקולה לא נשמע ולכן מרגישה שאין לה אפשרויות אחרות. איך אפשר לדעת מה הגבול בין אמירה/התנהגות שהיא רק בצחוק למשהו שיכול לפגוע?
- **האם מקרה כזה מפר את המרחב הבטוח של הכיתה לדעתכן/ם?**
- **האם מקרה דומה יכול להתקיים בכיתה שלנו?**
- **איך זה מרגיש שהגבולות נחצים? איך אפשר/נכון לסמן גבול? האם בכיתה שלנו נוח לכל אחד/ת להציב גבולות?**
מה קורה למי שמציב/ה גבול? האם הם "לא זורמים"/"מכבים" או שהגבולות שהם מציבים מקובלים ומוסכמים על כולם? יש כל מיני דברים שקורים בכיתה שלנו ויכולים לחצות גבול למישהו/א?
- **מה אפשר לעשות אם נחצה לי גבול בכיתה או בביה"ס?**
הזדמנות להציע עצמכן/ם, המחנכות/ים, ככתובת נגישה ומשמעותית. אפשר להציע פנייה למורות/ים, יועצות/ים, מדריכות/ים בתנועות נוער וכמובן מרכזי הסיוע. ניתן לציין כמובן מענים ייחודיים שיש במסגרת שלכן/ם.

חלק ד' – כיתה בטוחה:

נקריא או נבקש מאחד התלמידות/ים להקריא לכיתה את ההגדרה של מרחב בטוח (מהעמוד הראשון). נכתוב במרכז הלוח: "למה אני זקוק/ה מהכיתה כדי שהיא תהיה מרחב בטוח עבורי?" נחלק לתלמידות/ים פתקים דביקים (פוסט-איט), נבקש מהם בכתב לענות על השאלה בעילום שם ולהדביק על הלוח. ניתן לקבוצה זמן להתמקם אל מול המשימה ולחשוב על מה לכתוב. נעבור על הפתקים ונקריא אותם בקול לכיתה. מתוך הפתקים, נבקש לאסוף נושאים שחזרו ונדבר עליהם יחד.

חלק ה' – סיכום:

נזכיר מה עשינו לאורך המפגש, נחדד את התמות שעלו בזכות הפתקים – אלו מה שאתנ/ם זקוקות/ים לו כדי שהכיתה תהיה מרחב בטוח יותר עבורנו, ונציע שוב את עצמנו ככתובת. ניתן להזכיר גם את קווי הסיוע.

פעילויות המשך אפשריות:

- ניתן לבחור צוות מתוך הכיתה שימשיך לעבוד עם הפתקים ויוביל תהליך כיתתי של גיבוש אמנה המתייחסת לסוגיות של שפה, מגע ונורמות כיתתיות.
- ניתן להקדיש לנושא שיעור נוסף בו כל אחד/ת יגידו גבול שחשוב להן/ם וביחד ככיתה כותבות/ים אמנה מסודרת, מתחייבות/ים וחותרות/ים.

רשימת עזרים נדרשת לשיעור:

- סיפור המקרה מודפס נוח לקריאה (מצורף מטה)
- עטים כמספר ילדי הכיתה
- פתקים דביקים (פוסט איט) כמספר ילדי הכיתה
- טוש ללוח
- לא הכרחי: שלט "הכי כן" ושלט "ממש לא" לחלק ב'

סיפור מקרה:

בזמן האחרון רצה בכיתה איזו בדיחה שבמהלך השיעור כאשר המורה להיסטוריה לא מסתכלת חלק מהבנים משמיעים גניחות מיניות ושאר הכיתה צוחקת. באחד משיעורי חינוך טל מעלה את הנושא מול המחנך ואומרת שזה גורם לה להרגיש לא בנוח וחוצה את הגבול שלה. בכיתה מתפתח דיון קולני, הרבה נערות ונערים אומרים/ות לה שהיא סתם כבדה ושזה בצחוק. מכמה כיוונים נזרק אליה שהיא הכי מכבה והורסת. טל יוצאת מהכיתה באמצע השיעור פגועה ונסערת.