

פעולה: נורות אדומות ואלימות כנגד נשים, שכבות: ז'-ח'

תת נושא: זיהוי נורות אדומות וגבולות אישיים

מטרות הפעולה:

1. לתת כלים לקבוצה לזהות מתי נדלקת נורה אדומה
2. ננתח סוגיות ונבין את הקשרים שבין אנשים ואת הקונפליקטים שיכולים לעלות בקשרים
3. החניכים יבינו מהם הגבולות האישיים שלהם ויחשפו לסיטואציות שיאפשרו להם למתוח את גבולותיהם.

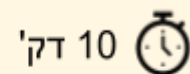
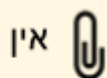
דגשים למדריך/ה:

- אין צורך לשכנע את כולם להשתתף או להגיד מה דעתם, באופן טבעי יש ילדים שקל להם יותר לדבר על הדברים ואחרים שקצת יותר קשה להם, צריך להבין את זה, לכבד אותם ולתת להם את הזמן שלהם.
- כאשר מעבירים את הפעולה לכולם לא חובה להגיד בפירוש שזה מתקשר לאלימות נגד נשים, אפשר במהלך הדיון בסוף כל מתודה להעלות בצורה עדינה את הנושא ולתת להם לקשר אותו לפעילות שעברו.
- נורות אדומות: הגבלה של בן/בת הזוג בפעולותיו ובתחומי עיסוקו. האשמה תמידית של בן/בת הזוג במתרחש. פגיעה חוזרת באחד מבני הזוג, ובקשת סליחה שוב ושוב. רכושנות וקנאה המוצגות כתשומת לב וכאהבה. התפרצויות זעם עד כדי הריסת חפצים. חוסר הערכה קבוע לבן/בת הזוג. איומים, הפעלת לחץ. התבטלות מתמדת מול בן/בת הזוג. הטרדה מאיימת: מעקב אחר פעולות של בן/בת הזוג, על ידי שיחות טלפון רבות, פלישה לאינטרנט, מעקבים פיסיים, וכד'.

מהלך הפעילות:

❖ משחק פתיחה - מלך התנועות

- אחד החניכים מתבקש לצאת החוצה. חניכ/ה שיבחר על ידי המדריכים יעשה רצף תנועות והקבוצה תחזור אחריו. כשהחניך נכנס לחדר לא מסבירים כלום, אסור להגיד לו את הפואנטה של המשחק או לענות לו על שאלות.
- **שואלים את החניך:**
 - איך הרגשת שנכנסת לחדר?
 - מה היו ההשערות שלך לגבי מה שנעשה בחדר?
 - איך הרגשת לבסוף עם הבחירה שלך?



❖ פעילות ראשונה – משחק תפקידים

- מבקשים משני מתנדבים להציג לקבוצה סיטואציה מסוימת (נספח 1) הכתובה להם מראש. על המתנדבים להציג את הסיטואציה בצורה תיאטרלית שתגרום לקבוצה להבין במה מדובר (במידה והחניכים לא משתפים פעולה עם ההצגה, אפשר גם לתת למתנדב אחד להקריא את הסיטואציה). מציגים לקבוצה שלוש סיטואציות בסך הכל ולאחר מכן מפתחים דיון סביב הנושא.

שאלות לדיון:

1. מה קרה בכל סיטואציה? מי היו שני הצדדים?
2. אתם חושבים שאחת הדמויות בסיטואציה הייתה צריכה להגיב אחרת או לשנות משהו בהתנהגותה?
3. אם חבר שלכם היה נמצא בתוך הסיטואציה, איך הייתם מגיבים? מה הייתם אומרים לו?
4. מה לדעתכם עושים כאשר יש חוסר הסכמה בין שני הצדדים?

1 נספח 1

כרטיסיות לסיטואציות

20 דק'

❖ פעילות שנייה – נורות אדומות וגבולות אישיים

- מפזרים על הרצפה דפים עם משפטים (נספח 2). כל חניך מקבל שתי מדבקות, עליהם להסתובב בין המשפטים ולהחליט כל אחד מהם שני המשפטים שבעיניהם הכי מדליקים "נורה אדומה" (באופן אישי).

שאלות דיון:

1. מישהו רוצה לשתף איפה הוא הדביק ולמה?
2. מסתכלים איפה רוב המדבקות הודבקו, איפה הכי פחות.
3. איפה עובר הגבול?
4. מהם הנורות האדומות האישיות שלכם? מה אתם חושבים שהנורות האדומות בכללי?
*הערה- נורות אדומות לאו דווקא עלולות להופיע רק במערכות יחסים רומנטיות, אלא בכל מערכת יחסים שהיא.

- מקריאים את ההגדרה של "נורה אדומה" (נספח 3)



נספח 1+2



דפים עם משפטים, מדבקות, הגדרה.



20 דק'



❖ ס'כום –

- עושים סבב וכל אומר מה הוא לקח מהפעילות ולמה הוא התחבר.

❖ לכל אחד מאיתנו גבולות שונים ואנו צריכים לשים לב מתי התנהגות מסוימת מתפרשת

כחציית גבולות או חציית קווים אדומים

❖ נורות אדומות יכולות להופיע לאו דווקא בקשרים רומנטיים אלא גם בכל קשר אחר שהוא

❖ אנחנו צריכים לשמור על עצמנו ועל הסביבה הקרובה שלנו, לפקוח את העיניים ולשים לב,

לא להתבייש להגיד כשמשהו מפריע ולשתף בעת הצורך.

נספחים-

פעילות ראשונה- נספח מספר 1:

משחק תפקידים 1: יוסי ומירי חברים כבר שנה ומאוד אוהבים. בימי חמישי יוסי אוהב ללכת לשחק כדורסל ורוצה שמירי תבוא איתו, אבל היא מעדיפה ללכת עם יעל חברתה לסרט. יוסי כועס וחושב שהיא לא אוהבת אותו מספיק.

משחק תפקידים 2: למירי יש יום הולדת, יוסי הביא לה פרחים. מירי נעלבה ואמרה שציפתה שיקנה לה את השמלה שרצתה כבר המון זמן. היא אומרת ליוסי שהיא מאוכזבת.

משחק תפקידים 3: למירי יש ידיד טוב מהשכבה. הם מדברים המון בטלפון, בפייס, ולפעמים נפגשים רק שניהם, אצל מירי או אצל הידיד. יוסי מקנא, וביקש ממירי להפסיק את הקשר איתו.

פעילות שנייה- נספח מספר 2:

- חבר/ה שלי מבקש/ת ממני לשלוח לו/ה תמונה של מה שאני לובש/ת לפני שאני יוצא/ת מהבית.
- חבר/ה מחליט/ה בשבילי עם מי להיפגש ועם מי לא.
- לחבר/ה שלי יש את הגישה לפרופיל הפרטי שלי באינסטגרם
- חבר/ה שלי כועס/ת עליי כשאני לא מעדכנ/ת אותו לאן אני הולכת
- חבר/ה שלי איימ/ה עליי שהוא/היא יפרד/ת/יפרד ממני אם אני לא אתנשק איתו/ה
- חבר/ה שלי פוגע/ת בי ומבקש/ת סליחה אבל אחר כך פוגע/ת בי שוב.
- חבר/ה שלי לא מסכים/ה לי לפתוח טיקטוק
- חבר/ה שלי מנסה לשנות אותי ומעיר/ה לי על איך שאני נראת
- לחבר/ה שלי יש התפרציות זעם, ולפעמים זה יוצא עליי



- חברה שלי רוצה שנדבר כמה שעות כל יום בטלפון
- חברה שלי כעס/ה עליי ממש כי לא עניתי לו/ה עשר דקות להודעה

נספח מספר 3:

נורות אדומות: הגבלה של בן/בת הזוג בפעולותיו ובתחומי עיסוקו. האשמה תמידית של בן/בת הזוג במתרחש. פגיעה חוזרת באחד מבני הזוג, ובקשת סליחה שוב ושוב. רכושנות וקנאה המוצגות כתשומת לב וכאהבה. התפרצויות זעם עד כדי הריסת חפצים. חוסר הערכה קבוע לבן/בת הזוג. איומים, הפעלת לחץ. התבטלות מתמדת מול בן/בת הזוג. הטרדה מאיימת: מעקב אחר פעולות של בן/בת הזוג, על ידי שיחות טלפון רבות, פלישה לאינטרנט, מעקבים פיסיים, וכד'.