

## "גדולים ולא שותים"

### נכתב לעלון עמותת "אפשר"

ורדית ישראל-מדריכה ארצית, קרן רוט איטח, מנהלת היחידה.  
היחידה למניעת סמים, אלכוהול וטבק, שפ"י, משרד החינוך

בשנים האחרונות אנו עדים לעלייה מדאיגה במספר הילדים ובני הנוער השותים אלכוהול. מחקרים מראים כי גיל התחלת השתייה יורד והוא נע בסביבות גיל 11-12. במקביל, ישנה עלייה בחומרת שתייה בעייתית זו שמסתיימת לעתים קרובות בשכרות. מגמה זו חידדה את ההכרה של אנשי החינוך בצורך לנהל שיח אפקטיבי עם התלמידים, ולא פחות חשוב, עם המורים והורי התלמידים, כבר בתחילת גיל ההתבגרות שראשיתה בכיתה ה'.

התכנית "גדולים ולא שותים", שהיא תוצר של שיתוף פעולה בין השירות הפסיכולוגי ייעוצי במשרד החינוך לבין הרשות הלאומית למלחמה בסמים ובאלכוהול, מאפשרת הרחבת השיח עם התלמידים על ההשפעה המזיקה של שתיית אלכוהול בקרב ילדים ומתבגרים, תוך התייחסות לפיתוח כישורי התמודדות מול פיתויים והשפעות חברתיות. התכנית שנכתבה על ידי דגנית פלס, מדריכה ביחידה למניעת סמים, אלכוהול וטבק בשפ"י, כוללת מרכז למידה וחוברת מדריך למורה ומהווה הרחבה של הפרק "כישורי חיים במסיבה" בתכנית "כישורי חיים" לכיתה ה'. בגיל בו הילדים מתחילים ללכת למסיבות ללא הוריהם, ורגע לפני מסיבות הבת/בר מצווה יש צורך בפיתוח מיומנויות חברתיות סביב נושאים כמו השתייכות חברתית, השפעה חברתית, קבלת החלטות במצבים חברתיים, מקובלות ודחייה ממסיבה, מצבי סיכון במסיבה ועוד.

הפעילויות המועברות בתכנית "גדולים ולא שותים" באמצעות מרכז הלמידה, מאפשרות למידה חוויתית המכוונת להקניית ידע וכישורים רלוונטיים שיסייעו לתלמידים בהתמודדות עם מצבי סיכון בהם מעורב אלכוהול.

מרכז הלמידה כולל חמש תחנות הקרויות אשכולות, בכל אשכול דפי עבודה למילוי על-ידי התלמידים.

**"לשתות או לא לשתות"** (דילמות בחיי המתבגר) - באשכול זה הילדים מתמודדים עם הדילמה חברתית הקשורה לאלכוהול - לשתות או לא לשתות, מזהים ומנסחים את הדילמה ומציעים דרכי התמודדות חלופיים.

**"הכול על אלכוהול"** (השערות ועובדות על אלכוהול) - באמצעות שאלון הילדים נחשפים למידע אמין בנוגע להשפעות המזיקות של שתיית אלכוהול. **"הפרסומת עובדת... עליך"** (ניתוח פרסומות) - הילדים לומדים כי כדאי לבחון את הפרסומת בעין ביקורתית ואחראית תוך כדי חשיפתם לפרסומות המעודדות שתיית אלכוהול. הילדים מנתחים את הפרסומות ומנסים לחשוף את הדרכים הגלויות והסמויות שבהן הפרסומאים משתמשים בכדי לעודד שתיית אלכוהול (הדגשת הצד החברתי, מענה לסקרנות, הצלחה עם בני המין השני, "כרטיס כניסה" לעולם המבוגרים ועוד).

**"שיחקת אותה"** - תחנת משחקים הכוללת משחק רביעיות דרכו מפנימים ומטמיעים הילדים את המידע שרכשו בנוגע לשתיית אלכוהול, מתמודדים עם דילמות וכן מחדדים לעצמם עמדות הנוגעות להתנהגויות סיכון הנלוות לשתיית אלכוהול. לדוגמה, אלכוהול והחוק, אלכוהול ושכרון חושים, מה אעשה עם אדע על חבר ששותה, אלכוהול בפרסומות, דרכים לומר לא, ועוד. בנוסף, בתחנה זו מתבקשים הילדים לחשוב על קטגוריות נוספות במשחק, ויוצרים סדרה נוספת של קלפי רביעיות.

**"שיכורים ולא מיין"** (יצירת פרסומות נגד שתייה מופרזת) - הילדים יוצרים כרזת פרסומת שתשכנע את המתבוננים בה להימנע משתיית אלכוהול. הילדים דנים ומתמקדים במסר, בקהל היעד של הפרסומת, במסרים גלויים וסמויים ומנסים ליצור פרסומת בעלת השפעה מקסימלית.

כחלק מובנה בתכנית ישנו פרק מיוחד לעבודה עם ההורים מתוך תפיסת מרכזיותם של ההורים ותפקידם בשלב חיים זה של ילדיהם. פרק ההורים מכוון לחיזוק השותפות של ההורים עם בית הספר והגברת המודעות של ההורים לתפקיד המרכזי שיש להם בגיבוש עמדות של ילדיהם בכל הקשור בשימוש בחומרים פסיכואקטיביים בכלל ואלכוהול בפרט, וכסוכני שינוי מרכזיים.

ההנחה שלנו היא כי להורים יש משאבים ייחודיים וכי שותפות משמעותית עם הצוות החינוכי בבית-הספר תגדיל את הסיכוי להשגת היעדים של התכנית באופן חיוני ומשמעותי, תוך למידה ופיתוח של שיח איכותי ורלוונטי למציאות הנוכחית.

השנה החל תהליך ההטמעה של התכנית בקרוב ל-300 בתי ספר יסודיים ברחבי הארץ, בכיתות ה'-ו'. התכנית מלווה במחקר הערכה שיסייע בהערכת אפקטיביות תכנית ההתערבות והתאמתה לצרכים העולים בשטח. כניסת התכנית לבתי הספר היסודיים עוררה שאלות רבות בקרב אנשי חינוך על הצורך שבחשיפת ילדים כל כך קטנים לנושא האלכוהול המתקשר לעולם המבוגרים. לאחר יום עיון לצוותי חינוך בו הם נחשפו למגמות המשתנות, גדלה ההכרה בחיוניות של תכנית המניעה. לאחר ההתנסויות הראשונות, הביעו היועצים והמורים שביעות רצון מהתכנית וציינו שמרכז הלמידה ידיוותי ומאפשר שיח עם התלמידים ששיתפו אותם במה קורה במסיבות בת/בר המצווה.

באותם בתי ספר שקיימו מפגש הורים-תלמידים, היועצות דיווחו על תחושה טובה וחיובית של ההורים והתלמידים גם יחד מעצם קיומו של שיח ביניהם בכלל ועל נושא שתיית אלכוהול בקרב ילדים בכלל. חשוב לציין שגם הורים שהביעו חשש כלפי התוכן וחשבו שמוקדם לשוחח עם ילדיהם על שתיית אלכוהול, הבינו בסופו של התהליך כולו עד כמה יש להם ההורים תפקיד משמעותי במניעת התנהגויות סיכוניות בכלל ובקביעת גבולות בנוגע לשתיית אלכוהול בפרט. שיתוף הפעולה בין צוות בית הספר להורים והצורך בשיח משמעותי עם הילדים קיבלו הכרה ומשמעות כתוצאה מתכנית זו.

לסיכום, אנו מאמינים כי התכנית מהווה הזדמנות לשיח בין המבוגרים לילדים המאופיין בכך שהתלמידים/הילדים חשים שהמבוגרים סביבם מתעניינים בחייהם ומדברים איתם כמו עם גדולים על נושאים של גדולים. השיח אפשר לתלמידים ולמבוגרים לחשוב ולעבד לעצמם עמדות כנגד שתייה בגיל צעיר מתוך הבנת הסיכונים.