



## חודש המאבק בשימוש בסמים ובאלכוהול, תשע"ט

משרד החינוך  
השירות הפסיכולוגי ייעוצי  
אגף תכניות סיוע ומניעה  
היחידה למניעת שימוש בסמים,  
אלכוהול וטבק

### צוותי חינוך יקרים,

במסע ההתבגרות לבניית הזהות מתבגרים נחשפים להתנהגויות סיכון ביניהן שימוש בסמים ובאלכוהול. בעידן בו השימוש בקנאביס ושתיית אלכוהול הופכים לנורמטיביים ולחלק מרכזי בתרבות הפנאי, נשאלת השאלה האם לנו כמערכת חינוך יש אפשרות להשפיע ולהוביל לשינוי?

חודש דצמבר סומן כחודש שבמהלכו מצוין ברחבי הארץ הן בתקשורת והן באירועים בקהילה, **המאבק בסמים ובאלכוהול** על ידי ה"רשות למאבק באלימות, סמים ואלכוהול". זאת הזדמנות לשים את הנושא על סדר היום בשיח הבית ספרי, בנוסף לעבודה המתמשכת בשכבות הגיל השונות במהלך השנה.

אנחנו מזמינים אתכם לייצר מעגלי שיח עם קהלי יעד שונים: הורים, אנשי חינוך, תלמידים, מועצות תלמידים וחניכי תנועות הנוער. שיח המאפשר ברור אישי ובין אישי של המניעים לשתיית אלכוהול, שימוש במריחואנה, "סמי פיצוציות" וחומרים אחרים תוך הדגשת מסרים אחידים וברורים על הסכנות שבשימוש בחומרים אלה בגיל ההתבגרות, על **אחריות אישית וחברתית**, משמעותה של חברות, היכולת להוביל שינוי חברתי ולהשפיע על תרבות הפנאי ועוד.

השיח הציבורי המקדם לגליזציה של קנאביס, ההכרזה על מדיניות חדשה של אי הפללה על שימוש בקנאביס בקרב בגירים והידע המתפתח על היתרונות של הקנאביס לצרכים רפואיים, כל אלו משפיעים על הירידה בתפיסת המסוכנות של השימוש בקנאביס, יוצרים בלבול בקרב מתבגרים ומבוגרים ומשפיעים על הרגלי השימוש של בני נוער. תפקידנו, כמערכת חינוך, לקיים שיח עם המתבגרים, להנגיש להם מידע אמין ולסייע להם לקבל החלטות מקדמות בריאות.

בשנים האחרונות חלה עלייה מדאיגה בשיעורי השימוש בקנאביס בקרב מתבגרים וצעירים. מנתוני הרשות הלאומית למלחמה בסמים ובאלכוהול מ-2014, כ-10% מתלמידי כיתות י"ב' התנסו בקנאביס לפחות פעם בחייהם לעומת כ-5% ב-2011. יחד עם הנתונים המצביעים על מגמה של עלייה בשיעורי השימוש, **חשוב לזכור כי רוב בני הנוער לא משתמשים בקנאביס!** בניגוד לדעה הרווחת כי הנורמה השלטת בקרב צעירים היא של שימוש בקנאביס כחלק מתרבות הפנאי המחקרים מראים את ההיפך. לכן, בשיח עם התלמידים יש להדגיש את מסר הבחירה האישית וביסוס נורמה חברתית של אי שימוש "קנאביס: לא כולם ואני בוחר להיות איתם".

## **עלינו לייצר שיח במספר מעגלים:**

**ראשית, שיח עם הצוותים החינוכיים:** חשוב לקיים שיח בנושא על מנת להגביר את הידע והמודעות של הצוותים להשפעות המזיקות של השימוש בקנאביס ובאלכוהול בגיל ההתבגרות. בנוסף, באמצעות השיח נחזק את התפקיד החברתי והחינוכי של המורים בגיבוש עמדות השוללות שימוש בחומרים בקרב מתבגרים. כמו-כן, השיח יסייע לצוותים החינוכיים להרחיב את הידע בנוגע לאיתור תלמידים בסיכון וכאלה המעורבים בשימוש בחומרים פסיכו אקטיביים.

**שנית, שיח עם ההורים:** חשוב לייצר שיח מסוג זה עם הורים, על מנת להבנות שותפות, שפה ומסרים משותפים סביב תופעת השימוש בחומרים בגיל ההתבגרות וכן להגברת מודעות ההורים ליכולתם להשפיע ולעצב את עמדות ילדיהם.

**שלישית, שיח עם התלמידים:** שיח מסוג זה יכול להגביר את המודעות של התלמידים לסכנות שבשימוש לרעה בסמים ובאלכוהול ולדרכי התמודדות. חשוב לתת מידע על ההשפעות המזיקות של שימוש בחומרים חוקיים או לא חוקיים, על ההשפעות הפיזיות והנפשיות, ולאפשר בירור ערכי של משמעות השימוש באלכוהול, מריחואנה, "נייס גאי..." או כל חומר אחר כדי לשמוח, ליהנות, להרגיש שייך או כדרך להרגיע את הכאב.

אנו מאמינים ששיח משמעותי בגובה העיניים לא שיפוטי ואמפתי, תוך העברת מסרים חד משמעיים ישפיע. שיח שכזה הינו בסיס ליצירת השפעה והפנמה של ערכים מקדמי בריאות ויכול לתרום להפחתה בנטייה להתנהגות מסוכנת ומסכנת, ביניהם שימוש בחומרים פסיכו אקטיביים.

לקראת סוף דצמבר ובסמוך לחגיגות תחילת השנה האזרחית אנו ממליצים שפעילות ההסברה תתמקד במתן מידע על "סם האונס" ובנושא שתיית אלכוהול כחלק מתרבות המסיבות, כשהמסר שנרצה לחזק הינו "יותר אלכוהול פחות אתה".

באתר שפ"נט עומדים לרשותכם חומרים מגוונים שנאספו ונכתבו על ידי מדריכים ביחידה למניעת סמים, אלכוהול וטבק. כמו כן, מתפרסמת החוברת "אלכוהול עוד צדדים לסיפור-נפגשים לשיח רלוונטי" בגרסה אינטרנטית מותאמת לחברה הערבית לצד הגרסה בעברית לעבודה עם חדרי מורים. למגוון החומרים [לחצו כאן](#).

אתם מוזמנים לפנות אלינו בשאלות ולהיוועצות.

**בברכה,**

**קרן רוט-איטח**

**מנהלת היחידה למניעת שימוש בסמים, אלכוהול וטבק**

## תכנים וסדנאות לעבודה:

- מצגת לצוותי חינוך איתור תלמידים בסיכון והמעורבים בשימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים: [עברית](#) / [ערבית](#)
- חוברת "אלכוהול- עוד צדדים לסיפור": [עברית](#) / [ערבית](#)
- "[לשמור על חברות או לשמור על החבר?](#)" שיעור כישורי חיים לתלמידי כיתות ט' - י"א
- "קנאביס – אבל כולם...." - שיעור כישורי חיים לתלמידי כיתות ט' - י': [עברית](#) / [ערבית](#)
- הזמנה למפגשים מקוונים בנושא: "קנאביס - חומר למחשבה" לתלמידי כיתות י' – י"א. לפרטים ולרישום לחצו [לחצו כאן](#).
- להרחבה ולתכנים נוספים באתר שפ"ינט [לחצו כאן](#).