

## חג, שמח!

### שיח כיתתי לקראת חג הפורים – מיועד לכיתות התיכון עודכן באדר, תשע"ח

#### מטרות השיחה:

- מתן לגיטימציה לשמחת החג ולרצון לשמוח, להתפרק לחגוג מכל הלב את חג פורים
- דיון אודות הצורך בשיקולי דעת בבחירת סגנונות החגיגה והשמחה
- יצירת חיבור בין סכנות ההשתכרות לבין הבחירה בשתייה כמצוות החג
- חשיבה על אלטרנטיבות לשמחה וכיף של חג
- פיתוח עמדה של אחריות חברתית – שומרי סף

**פתיחה –** להשמיע לתלמידים אחד מקטעי הצחוק מהקישורים הבאים. (כמו כן, ניתן למצוא ביוטיוב קטעים נוספים - לכתוב התקפת צחוק).

[צחוק זה דבר מדבק](#)

[התקף צחוק ברכבת תחתית](#)

[שי פירון בהתקף צחוק בעת נאום במליאת הכנסת](#)

#### שיח במליאה:

- למי קל לשמוח ולצחוק כאן בכיתה?
- מי צריך אווירה אחרת בשביל להשתחרר ולצחוק מכל הלב? איזו אווירה? מה צריך להיות שם? מי צריך להיות שם?
- מה קורה לכם כשאתם מצליחים לצחוק ולשמוח עם חברים? למה זה טוב? למה אתם מחפשים את זה?
- ספרו על בן אדם שמצחיק לכם להיות לידו?

#### מה קורה במסיבות פורים שגורם לכם לצחוק ולשמוח?

- מה הקשר בין אלכוהול לשמחה?
- האם ניתן לשמוח ולצחוק גם בלי אלכוהול?
- מה ההבדל בין שמחה וצחוק בהשפעת אלכוהול לבין שמחה וצחוק שלא בהשפעתו?
- מה הקווים האדומים שלכם במסיבות?
- אילו קווים אדומים אתם עלולים לחצות בהשפעת אלכוהול?
- איך נער/נערה מציבים לעצמם גבולות?

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
מינהל פדגוגי  
אגף א' שרות פסיכולוגי ייעוצי  
אגף תכניות סיוע ומניעה

- מה התפקיד החברתי שלנו (שומרי סף) לגבי שתיית אלכוהול?
- אילו גורמים יכולים להגביר שמחה במסיבה? מוזיקה, אוירה, אנשים ...

### דגשים ומסרים-

- מצוות המסורת היא שמחה. "שתיית אלכוהול מתחת לגיל 18. מסוכנת זה לא בריא".
- שיכרות אינה מצב של שמחה. זהו מצב של שחרור והסרת עכבות שבהתחלה נחוה ככיף וצחוק ובהמשך הופך להרסני ופוגע, הורס את החג ופוגע בשמחה.
- שמחה מהלב היא התעלות רוחנית. מי מאתנו ששואף לקיים את מצוות החג ולהרבות בשמחה, מחויב להכרה מלאה וחיבור רגשי שיאפשרו לו שמחה שלמה, מודעת ונשלטת.
- השמחה והצחוק ניתנו לכולם, החוכמה היא להתאמן עליהם, להתמסר אליהם, להיות שמח מתוך הכרה.
- נערים ונערות רבים מאמינים שהם יכולים לשתות קצת ולשלוט בזה. הבעיה היא שבאווירת מסיבה, ובכלל זה מסיבת פורים, קשה להציב גבול והם נסחפים. כדאי להחליט מראש עוד לפני המסיבה מה עושים לגבי השתייה.
- נערים ונערות רבים מושפעים מהלחץ בסביבה. אל תתנו לאלכוהול לשקר לכם... אפשר לשמוח גם בלעדיו. אי אפשר לשמוח איתו כי הוא משתלט על המסיבה והופך את הכיף להפקרות ואת השמחה לסכנה.

### • למה הצחוק טוב לנו?

כי הוא משחרר, משמח, מקרב לבבות, מסיר עכבות

### למה האלכוהול לא טוב לנו?

כי הוא **משחרר**, **משמח**, **מקרב לבבות**, **מסיר עכבות**:

- האלכוהול **משחרר**... לוקח ממך את השליטה – הוא שולט בך! כשאתה שותה אלכוהול אתה תלוצי ולא עצמאי!
- האלכוהול **משמח** בהתחלה... אח"כ השמחה לעיתים מתדרדרת לאובדן חושים ואין לך מעצורים...
- האלכוהול **מקרב לבבות**.... גורם לך להתקרב לאחרים ולעשות מעשים שכשתתפכח לא תסלח לעצמך עליהם.
- אלכוהול **מסיר עכבות**... יכול להביא לאיבוד שליטה ולהתנהגויות מסכנות.

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
מינהל פדגוגי  
אגף א' שרות פסיכולוגי ייעוצי  
אגף תכניות סיוע ומניעה

**לסיכום... האנשים שהכי יודעים לעשות שמח – לא צריכים אלכוהול.  
תתחבר לעצמך לשמחה שבתוכך... ותזכור -**

**לשתות אלכוהול כדי לשמוח זה כמו לקלף בצל כדי לבכות – זה  
לא הדבר האמיתי!**

ועוד רעיונות לסלוגנים חדשים –

**אלכוהול מקלקל שמחות – אל תזמינו אותו לשמחה שלכם!**

**לא מאשרים את האלכוהול ונשארים מאושרים...**

**אלכוהול - משכר ומשקר...**