



בעקבות מקרי רצח של נשים על ידי בני זוגן

מסרים ודגשים לשיח עם תלמידי החטיבה העליונה בעקבות מקרי רצח של נשים ע"י בני זוגן

אירועים של רצח נשים על ידי בני זוגן הם אירועים המטלטלים ומזעזעים את כל מי שנחשף עליהם, ובהם גם צוותים חינוכיים, תלמידות ותלמידים.

הספרות המחקרית והנתונים הסטטיסטיים מוכיחים כי תופעת הפגיעה והאלימות במשפחה קיימת בכל קבוצות האוכלוסייה ומתבטאת בביטויים שונים של אלימות, כאשר מקרה רצח הוא הקיצוני שבהם.

מקרים אלו מחדדים את הצורך בקיום שיח חינוכי בכיתות אודות אלימות במערכות יחסים (בדרך כלל נגד נשים) ועל תופעת האלימות במשפחה.

על מנת לצמצם את התופעה, לאתר תלמידים החווים אלימות כלפיהם או כלפי הוריהם וכדי לחנך לאחריות חברתית למניעת תופעות אילו, עלינו, אנשי החינוך, לעסוק בנושא **בשגרה**, לקיים שיח תהליכי מתמשך ולהטמיע תפיסות המעודדות יחסים זוגיים ומשפחתיים המושתתים על כבוד, תקשורת אחריות ובטחון. במסגרת תכנית "כישורי חיים" בבתי הספר היסודיים ובחט"ב חשוב לעבוד על נושאים כגון חברות, מגדר, ותקשורת. בחטיבה העליונה ב"שעת חינוך" חשוב לעסוק בתכנית "**חברות וזוגיות ללא אלימות**" (לתכנית בשפה העברית/ערבית).

פרסום מקרי הרצח הקשים בתקשורת מהווה הזדמנות חינוכית וערכית חשובה לקיים עם התלמידים שיח רגשי, לעסוק בנושא אקטואלי ולתווך לתלמידים את האירוע. אולם, יש לזכור שעיסוק בנושא טעון ומורכב זה בעקבות אירוע ובאופן חד פעמי, עשוי להביא לשיח בעייתי ולעתים אף מזיק שמתמקד במסרים אודות סכנה ואיום בקשר זוגי, מעלה את רמת הלחץ והחרדה, וחסר בסיס חשוב ופרואקטיבי העוסק בחשיבותם של קשרים ויחסים בכלל ובהקשר זוגי בפרט.

נוכח החשיבות הרבה הקיימת לשיח כזה, והרגישות שבה יש לקיים אותו, מוצג להלן מהלך מומלץ ומספר עקרונות ודגשים לעשייה חינוכית בנושא.

כנהנת עבודה חשוב לקחת בחשבון כי ייתכן ובכיתה יושבים תלמידים שעדים לאלימות בזוגיות או שחווים בעצמם אלימות ופגיעה – חשוב שנדבר ברגישות, נעביר מסר של הושטת יד ומסר שניתן לצאת ממעגל האלימות.

חשוב להתחיל את המפגש במסרים מיטיבים ומרגיעים וכן לומר אמירות כמו:

- ✓ מרבית הקשרים הזוגיים לא מתאפיינים באלימות
- ✓ במרבית המקרים אפשר לזהות אם קשר הוא בריא וטוב או חלילה מזיק
- ✓ בזוגיות מיטיבה יש מקום לרצונות, לצרכים, לתחושות ולרגשות של שני בני הזוג
- ✓ קשר זוגי המושתת על כבוד, הערכה, הדדיות וביטחון הוא דבר נפלא
- ✓ טבעי להשתוקק לקשר, לרצות להיות אהוב ולאהוב
- ✓ לכל אדם הזכות הבסיסית ליהנות מיחסים מיטיבים שתורמים להתפתחות ומעניקים ביטחון
- ✓ קשר מיטבי כולל שוויון, חופש, הדדיות, אמפתיה, כבוד למרחב האישי ולשמירה על פרטיות
- ✓ במערכות יחסים טבעי שיהיו גם כעסים ומריבות. כעס או מריבה אינם בהכרח ביטוי אלימות
- ✓ כחברה, יש לנו הכוח לפעול ולמנוע מצבי אלימות בזוגיות ובמשפחה ולהושיט יד לעזרה למי שמתמודד עם פגיעה

מומלץ לנהל את השיעור במסגרת המוכרת של עיבוד אירוע חריג, לפי השלבים הבאים :

1. **בירור העובדות:** נשאל את התלמידים האם שמעו על המקרים האחרונים שפורסמו בכלי התקשורת? מה הם יודעים לספר על המקרים או התופעה? (בשאלה זו, מומלץ לבקש להתייחס באופן כללי בלי להיכנס לפרטי האירוע מחשש לקושי של התלמידים להכילו).
2. **מתן מידע:** ארגון המידע, הצגת העובדות ומתן מידע על התופעה (כפי שמופיע במסמך זה למעלה ובהמשך).
3. **הדהוד:** הזמנת התלמידים לשיתוף במחשבות, רגשות, הרהורים ושאלות ביחס לדברים.
4. **הצגת דרכי התמודדות:** דיון בשאלה כיצד נוכל כחברה וכפרטים למנוע תופעות אלו, לשמור על עצמנו ולהתמודד אם נפגוש במצב מצוקה כזה.
5. **העברת מסרים מיטיבים** ותחושות של תקווה וציפייה חיובית לשינוי חברתי.

בשלב מתן המידע על התופעה ניתן לומר :

- ✓ תופעות של אלימות במערכות יחסים ובתוך המשפחה קיימות לצערנו בכל שכבות האוכלוסייה, החברות והמגזרים.
- ✓ ישנם ביטויים שונים של אלימות ופגיעה במשפחה: פיזית, מילולית, נפשית, מינית, כלכלית והזנחה. רצח במשפחה חשוב שיוזכר בתוך מכלול תופעות האלימות במשפחה על כל גווניה.

מדינת ישראל
משרד החינוך
המנהל הפדגוגי
אגף בכיר שירות פסיכולוגי ייעוצי

- ✓ רצח נשים מוגדר כתופעת קצה של אלימות במשפחה. הוא נדיר אך מעורר סערת רגשות בקרב כל מי שנחשף אליו.
- ✓ לאף אחד- אישה, איש, ילדה וילד- לא מגיע לחיות בתחושת איום וחוסר ביטחון.
- ✓ ניתן לזהות "נורות אדומות" המעידות על קשר בעייתי, כגון: תשומת לב ואהבה "חונקת", מעקב אובססיבי אחרי בת הזוג, התכתבויות והודעות, דרישה לקבל סיסמאות ברשתות, האשמה תמידית וגרימת ייסורי מצפון, הגבלת תחומי עניין, הגבלת מעגלים חברתיים, פגיעה והתנצלות שוב ושוב - כל אילו הם תמרורי אזהרה לקשר לא מיטיב.
- ✓ התפרצויות זעם תכופות, שבירת חפצים, איום והפחדה הם ביטויי אלימות ונורות אדומות המחייבות אותנו לעצור ולחפש כתובת לעזרה.
- ✓ במצבי אלימות ופגיעה במערכות יחסים זוגיות ובתוך המשפחה נשמר פעמים רבות "קשר שתיקה", כולם שומרים בסוד את הדבר, גם הפוגע וגם הנפגע .
- ✓ בוושה, אשמה, איום ופחד מעמיקים את ההשתקה וקיים קושי לפנות לעזרה, לשתף ולדבר על המתרחש בבית.
- ✓ הקושי לפנות לעזרה במקרה של אלימות בתוך המשפחה נובע פעמים רבות גם בגלל תחושת מחויבות לבן משפחתי, חשש שהדבר יירע ויעצים את האלימות, אמונה ש"אם רק אתנהג טוב יותר יופסקו התפרצויות הזעם והאלימות" ותקווה לא רציונלית שגם ללא עזרה הדברים ייפתרו.
- ✓ כשיחסים גולשים לאלימות- זו בעיה ויש להכיר בה.

בשלב העלאת דרכי התמודדות והעברת מסרים מיטיבים מומלץ לומר:

- ✓ במקרים רבים ניתן לטפל ולחולל שינוי חיובי, אך יש להכיר בבעיה ולטפל בה.
- ✓ בעיית האלימות במשפחה ובתוכה אלימות כלפי נשים אינה רק בעיה של פרטים אלא בעיה של כלל החברה.
- ✓ האלימות נפסקת כש"החלון פתוח" והדברים יוצאים החוצה, היא יכולה להיפסק רק אם משתפים, רק אם מושיטים יד לקבלת עזרה ופונים להתייעץ ולהיעזר.
- ✓ פנייה לעזרה תיטיב גם עם הפוגעים וגם עם הנפגעות והנפגעים.
- ✓ יש סודות שלא שומרים - אם נחשפתם לאלימות, בין אם זה קורה לכם ובין אם אנו רק עדים לה, במשפחה או בחברה הסובבת אותנו, התירו את קשר השתיקה. דברו עד שמישהו יעזור.
- ✓ שיח ערכי הומניסטי, הרואה ערך בכבוד האדם וחירותו, העלאת המודעות והאחריות החברתית כלפי אלימות במרחב הציבורי כמו גם בבתי הפרטיים, משפיע על צמצום התופעה. חברה המשמיעה קול זעקה נגד פגיעה, אלימות וניצול, המחוקקת חוקים נגד אלימות, מחנכת ומתנגדת ערכית לתופעת האלימות יכולה לצמצם ואף למנוע את מקרי האלימות והפגיעה.
- ✓ יש בכם הכוח לשנות. השינוי החברתי מתחיל בכם !

להלן רשימת כתובות לפנייה במצבי מצוקה:

1. כתובות לסיוע במשרד החינוך:

- לשירותך תמיד:

✓ היועצים החינוכיים בבתי הספר

✓ הפסיכולוגים החינוכיים ברשות

הקו החם של משרד החינוך: 073-3931111 / 1800-25-00-25 הקו פועל בין השעות 8:00-15:00

- מוקד 105: פעיל 24/7 ונותן מענה להתמודדות עם הפגיעה ברשת.

2. מוקד הסיוע של משרד הרווחה שיחת חינם בעברית, ערבית, אמהרית או רוסית בנושאי חירום, פגיעה מינית, התעללות במשפחה ונושאים נוספים הקשורים לפרט. יש לחייג 118

3. ער"ן: עזרה ראשונה נפשית בטלפון לכל סוגי הבעיות – 1201

4. דלת פתוחה 03-5101511 הקו החם בנושא מיניות בריאה, שירותי ייעוץ וליווי בנושאים של: אמצעי מניעה, מחלות מין, הריון, הפלה וכו'.

5. מרכז הסיוע לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית:

קו סיוע לנפגעות תקיפה מינית: 1202 03-5176176

קו סיוע לנפגעי תקיפה מינית: 1203 03-5176179

בסיום השיעור:

לאחר הצגת רשימת הכתובות לעזרה, חשוב שנציע עצמינו לתלמידים כ"כתובת לעזרה".

נוכל לומר: "עסקנו היום בנושא טעון וקשה, דיברנו על הקושי של מי שנפגע לחשוף את הפגיעה ועל קשר השתיקה, הצענו "כתובות לפנייה" ובהן אני רוצה להציע את עצמי. חשוב לי להיות בשבילכם וחשוב שתדעו שאם משהו מכם חשוף למצב של אלימות או מצוקה אני פה להקשיב, לחשוב יחד ולפעול כדי לסייע".

להרחבה:

סוגיות שיש להעלות בכיתה ולהעמיק בהן כדי לצמצם מצבי פגיעה ואלימות במשפחה ובזוגיות :

✓ בירור עמדות: אלימות במשפחה - בעיה פרטית או חברתית? מי יכול לפעול וכיצד?

✓ מהו קשר זוגי מיטיב? מה כולל קשר זוגי?

- ✓ סטריאוטיפים מגדריים: מה זה להיות "גבר"? מה מצופה מאישה בזוגיות? איך צריך להתנהג במערכת זוגית? עבודה על זיהוי עמדות, יחסי הכוחות, מערך הציפיות מגברים ונשים.
- ✓ ניהול כעסים וניהול קונפליקטים: התבוננות עצמית וזיהוי דפוסים, רכישת כלים לוויסות עצמי.
- ✓ בקשת עזרה: כוח או חולשה?
- ✓ תפקיד "העדים מן הצד": הקושי להתערב גם כאני מזהה שיש בעיה, הפחד מההשלכות והחשש להיפגע אם אתערב. נאמר שלפעמים קשה להתערב, יש חשש להיכנס למקום שאולי מאיים, לא תמיד יודעים למי לדווח ולכן לפנות, לפעמים הנפגעים מתנגדים לפניה לעזרה אבל לאור המידע שיש אנחנו יודעים שזה יכול להציל חיים.
- ✓ ערך ודימוי עצמי, אסרטיביות ומיומנויות תקשורת- הבעת רגשות, הקשבה אמפתיה וכדו'.

לעזרתכם, צוותי החינוך, מצורפים חומרים נוספים לצורך הרחבה בכיתה:

1. איתור וזיהוי ילדים בסיכון להתעללות, הזנחה או פגיעה ([עברית](#) / [ערבית](#))
2. הערכה "חברות זוגיות ללא אלימות" ([עברית](#) / [ערבית](#))

