



תשע"ז – תשע"ח
שבוע מערכת החינוך למניעת
פגיעות מיניות והתעללות בילדים
ובני נוער

היחידה למיניות ומניעת פגיעה
בילדים ובני נוער
שירות פסיכולוגי ייעוצי
משרד החינוך

איך אומרים "נפאצתי"?

ארבעה מפגשים לילדי הגן בנושא

"מניעת פגיעות מיניות והתעללות בילדים"

כתבו: בתיה האס-פורטר- שפ"ח כפר סבא ואורנית אסיף רוה - יועצת חינוכית לגיל הרך
מותאם לחמ"ד

מפגש ראשון - סוגים שונים של מגע

אבא-אמא, רופא-חולה, תופסת וכו'. משחקים הכוללים מגע מעוררים בילדים מגוון רחב של תחושות ורגשות שיכולות לנוע מתחושות נעימות המלוות בצחוק ובהנאה ועד לתחושות מאד לא נעימות המלוות בחשש ורצון להימנעות מהמשך המשחק ו/או הקשר.

במפגש זה נרצה לשוחח עם הילדים על סוגים שונים של מגע (ליטוף, דחיפה) ועל מגוון התחושות אותם הם חשים בזמן מגע (נעים, לא נעים). נלמד את הילדים שכל אחד חש אחרת כאשר נוגעים בו. יש כאלה שאוהבים מגע חזק ואחרים שמעדיפים מגע חלש, יש כאלה שמאד אוהבים מגע ויש כאלה שמעדיפים שרק אנשים מסוימים יגעו בהם, למשל רק הוריהם ואחיהם, אבל לא אוהבים מגע של אף אחד אחר.

מטרה - להעלות את מודעות הילדים לסוגים שונים של מגע ולהבדלים בין אישיים בתחום התחושת.

פעילות -

שלב א - מגע עם חומרים שונים: הגנת תכין קופסא סגורה עם מכסה ובו פתח עגול. הילדים, על פי תור, יכניסו את היד לקופסא, ימששו חומרים שונים ויאמרו מה הם מרגישים כאשר הם נוגעים בחומרים השונים. ניתן להכניס סקוטש, ברזלית, חול, בד רך, צמר גפן ועוד.

*אתשומת לבך האננת: יש ילדים שלא אוהבים לאצת בחול, בבוץ, בקצק, בצבצי
אאש או בקצץ. יש ילדים אחרים שמאוד אוהבים לאצת בכל החומרים האלו.
יש ילדים שלא אוהבים מאצ של בדיים מסוימים על האף: חולצות אלוף,
סריטים מסוג מסויט או תווית של חולצה שמציקה מאחור ויש אחרים שדבר
לא מפריע להם. המטרה בפעילות זו לבחון על הילדים מה הם אוהבים,
להדגיש את השונות בין כל אחד ואחת ולנרמל אותה.*

שלב ב: לחיצת יד - בשלב זה נעבור אל מגע ישיר בגוף. הגנת תלחץ בסבב את היד של כל אחד מילדי הגן בעוצמות שונות: חלש, בינוני, חזק. כל ילד יאמר איזה סוג של מגע נעים לו ואיזה סוג מגע הוא אינו אוהב. גם בפעילות זו נדגיש את השוני והדמיון בין הילדים.

לסיכום, נציין כי כולנו אוהבים מגע כלשהו אך אנו שונים בסוג המגע שאנחנו אוהבים ובעוצמת המגע הנעימה לנו. נדגיש כי חשוב לשתף את הסביבה בהעדפות שלנו (אל תחבק אותי חזק... או להיפך - אפשר חיבוק חזק חזק?)

מפגש שני – מגע בגוף – נשיקה

במפגש הקודם למדנו שכל אחד אוהב/ לא אוהב לגעת בחומרים מסוימים ואוהב מגע ברמת חוזק שונה. במפגשים הבאים ננסה לבחון מהן "נגיעות מתאימות" ומהן "נגיעות לא מתאימות" בגוף. במפגש זה נסיף התייחסות גם לאיברים האינטימיים וננסה לבחון מה עושים ואל מי פונים כאשר מתקיים מגע באיברים האינטימיים שהוא נעים אך לא מתאים או שהוא לא נעים ולא מתאים.

מטרות

1. הילדים ילמדו להבחין בין התחושות שמעוררות נגיעות שונות בגוף.
2. הילדים יבחינו בין נגיעות מתאימות – לגיטימיות ורצויות, לבין נגיעות שגם אם הן נעימות, הן אינן מתאימות.
3. הילדים ילמדו שמותר ורצוי לדחות נגיעות לא נעימות ונגיעות לא מתאימות.

שלב א' - "אולי זה מעליב" מאת יהודה אטלס

הגננת תסכם את מה שנלמד במפגש הקודם ולאחר מכן תציין שהיום נדבר על תחושות בעת מגע בגוף. הגננת תקריא את השיר:

"אולי זה מעליב לפעמים
אולי זה עובר את הגבול
אבל אם מנשקים אותי על הפנים
אני תיכף מנגב בשרוול."

שאלות:

- על מה מדובר בשיר?
- מה הילד מספר שהוא לא אוהב?
- האם יש עוד ילדים שלא אוהבים שמנשקים אותם בפנים?
- האם משהו רוצה לספר על כך? (מה קרה, כיצד הוא הרגיש, מה הוא עשה)
- למי מותר לנשק אותנו בפנים?
- מה הילד עושה כשמנשקים אותו ללא רצונו?
- מה אתם הייתם עושים?
- מה אפשר לעשות כשמישהו מנשק אותנו ואנחנו לא אוהבים את זה?
- למי ניתן לפנות?

סיכום – לפעמים יש מגע שנעים לנו עם מישהו אחד ולא נעים לנו עם מישהו אחר. לדוגמה, נעים לי שהורי מנשקים אותי אבל פחות נעים לי אם מישהו אחר מבני המשפחה ירצה לנשק אותי. כשמנשקים אותי על הלחי זה נעים אבל כשמנשקים אותי על הפה זה ממש לא נעים לי. (חשוב בנקודה זו להדגיש שנשיקה בפה היא תמיד בין אנשים מבוגרים שקרובים ואוהבים כמו בין אמא ואבא, לפעמים עם הורים אבל אסורה עם אנשים אחרים ובין ילדים בגן).

חשוב להדגיש כי אנחנו מרגישים תחושות שונות לגבי נשיקה. יש כאלה שאוהבים נשיקות ויש כאלה שלא אוהבים שמנשקים אותם. יש כאלה שאוהבים נשיקות מכל מי שהם אוהבים: הורים, סבים, דודים, אחים ויש כאלה שאוהבים נשיקה רק מאנשים מסוימים למשל רק מהוריהם.

יש להדגיש לסיכום כי כל ילד אוהב מגע אחר, לכן כאשר מגע הוא לא נעים חייבים להפסיק אותו. אפשר לפנות אל האדם ולבקש שיפסיק את התנהגותו או לפנות לאדם מבוגר שאנחנו סומכים עליו ולבקש שיעזור לנו להפסיק את המגע הלא נעים. בגן נפנה אל הגננת והסייעת, בבית אל ההורים וקרובי משפחה אחרים שאנחנו בקשר עמם.

מפגש שלישי – נגיעות מתאימות ונגיעות לא מתאימות

במפגש הראשון למדנו שכל אחד אוהב/לא אוהב לגעת בחומרים מסוימים ואוהב מגע ביד ברמת חוזק שונה. במפגש השני למדנו כיצד אנו חשים כאשר מנשקים אותנו. בפעילות זו נמשיך לבחון מהן "נגיעות מתאימות" ומהן "נגיעות לא מתאימות" בגוף. במפגש זה נסיף התייחסות גם לאיברים האינטימיים וננסה לבחון מה עושים ואל מי פונים כאשר מתקיים מגע באיברים האינטימיים שהוא נעים אך לא מתאים או לא נעים ולא מתאים.

אביזרים: היגדים גזורים, תמונות של נגיעות, ארבע קופסאות.

הפעילות מחולקת לשלושה שלבים

שלב א': הגננת תקריא את רשימת ההיגדים. ביחד עם הילדים, היא תמייין את הנגיעות לשתי פינות על השולחן:

פינה עליה ציור של מגע הנותן תחושה טובה

ופינה עליה ציור של מגע המבטא תחושה לא טובה

רשימת הנגיעות - (ניתן להשתמש בציורים ממקורות שונים במקום להקריא)

- | | |
|------------------------------------|--------------------------------|
| • נותנים לי זריקה | • נותנים לי מכה |
| • מנשקים אותי על הלחי | • מדדגים אותי |
| • מחבקים אותי חזק חזק | • צובטים אותי בלחי |
| • מלטפים לי את השיער | • מציצים לי מתחת לבגדים |
| • שמים לי רגל | • חובשים לי פצע |
| • מורידים לי את המכנסים | • מנשקים אותי על השפתיים |
| • מלטפים לי את הגב | • מבקשים ממני להתפשט |
| • חופפים לי את הראש | • דוחפים אותי |
| • נוגעים בי באברים הפרטיים | • מושכים אותי בכוח |
| • מבקשים ממני לגעת באיברים הפרטיים | • מציצים לי מתחת לדלת השירותים |

חשוב שהילדים ישמעו מגוון רגשות העולות בעקבות אותו מצב, במטרה ללמוד ולהבחין בין מצבים שונים ומה הם מעוררים בכל ילד. אותו מגע יכול לעורר בילדים שונים תחושות שונות. השונות ברגשות נובעת:

- מן ההקשר שבו מתבצעת הנגיעה.
- מזהות הנוגע.
- מן היחס של הילד אל הנוגע.
- מן הנורמות המקובלות בתרבות של הילד או במשפחתו (האם זו נגיעה מותרת או אסורה)

שלב ב': חלוקת ההיגדים ל 4 קופסאות

לאחר שהתברר הקשר בין הרגשה טובה ולא טובה לבין הנגיעות השונות, הגננת תרחיב ותסביר כי ניתן לחלק את ההרגשות הטובות והלא טובות גם ל"מתאימות ולא מתאימות".

על השולחן יונחו 4 קופסאות, על כל קופסאות מודבק ציור המבטא תחושה שונה וכתרת מלווה -

נְאִיצָה נְצִימָה
וְלֹא מְתַאימָה

נְאִיצָה נְצִימָה וּמְתַאימָה

נְאִיצָה לֹא נְצִימָה
וְלֹא מְתַאימָה

נְאִיצָה לֹא נְצִימָה
וּמְתַאימָה

הגגנת תסביר לילדים מה ההבדל בין האמירות הללו בליווי דוגמאות, רצוי שחלק מהדוגמאות יעלו מתוך עולמם של הילדים.

לגגנת: נגיעה יכולה להיות נעימה - לדוגמה נשיקה וגם מתאימה, מתאים שאימא תיתן נשיקה לילד שלה. היא יכולה להיות לא נעימה, כשמישהו שהילד אינו אוהב מחבק או מנשק אותו בכוח. זריקה יכולה להיות לא נעימה אבל מתאימה כי הילד חייב לקבל חיסון. כשאמא מסרקת את השיער ויש בשיער קשרים רבים זו יכולה להיות גם חוויה לא נעימה אבל מתאימה. הנגיעה הקשה ביותר להבנה לילדים זו הנגיעה הנעימה אך הלא מתאימה. ליטוף מתחת לחולצה יכול להיות נעים אם זה משהו שהילד מחבב אבל לא מתאים כי אין סיבה שמהו ילטף משהו אחר מתחת לחולצה אם הוא אינו ההורה שלו. נגיעה באברי המין יכולה להרגיש נעים אך היא איננה מתאימה, כי לאף אחד אסור לגעת באברי המין של משהו אחר אלא אם מדובר בטיפול רפואי כשההורה נמצא ליד הילד ושומר עליו בזמן הטיפול או כשההורה עוזר לילדו להתקלח או להתלבש במצבים בהם הילד לא יכול לעשות זאת לבד (כתוצאה מפציעה, בזמן מחלה וכו').

בשלב הזה לאחר שהילדים למדו להבחין בין המצבים השונים, הם יקבלו שוב את אותן תמונות של נגיעות שקיבלו בשלב א ויניחו אותן באחת הקופסאות שעל השולחן, על-פי המיון החדש הנוסף. לאחר שכולם סיימו למיין את ההיגדים שופכים את תכולת אחת הקופסאות על השולחן ומקריאים את ההיגדים שבקופסא. הגגנת תשוחח עם התלמידים על ההיגדים שבקופסא ותזמין אותם להוסיף היגדים נוספים, גם כאלה שאינם מופיעים ברשימת ההיגדים שחולקו לתלמידים. הדגש בפעילות זו הוא להתמקד בקופסאות עם הנגיעות הלא מתאימות (נעימות ולא נעימות).

שלב ג': פנייה לעזרה

הגגנת תבחן עם הילדים מה לדעתם עליהם לעשות כאשר נוגעים בהם נגיעות לא מתאימות?

- להתרחק מהמקום למקום בטוח
- לכעוס בקול רם – לומר לא!!! (ניתן לערוך עם הילדים משחקי תפקידים על אמירת לא, ולומר ביחד במליאה "לא" בעוצמות קול שונות)
- לפנות לעזרתו של מבוגר - אם בין הצעות הילדים לא עלתה האפשרות לספר על הנגיעה הלא-מתאימה לדמות משמעותית - יש לעודד את הילדים לעשות כן. יש לבדוק עם הילדים מיהן הדמויות המשמעותיות להם אליהן ניתן לפנות כאשר נוגעים בהם באופן לא מתאים. חשוב שכל ילד יאמר מיהי הדמות הראשונה אליה הוא ייגש ואם היא לא תהיה בסביבה מי היא הדמות השנייה אליה ייגש. (אפשרויות: הורה, אח/אחות בוגרים, סבא, סבתא, דוד, דודה, גגנת, סיעת). חשוב לציין כי לא תמיד ילדים יכולים להרחיק מישהו שפוגע בהם באמצעות אמירת "לא" או "תפסיק" או על-ידי התרחקותם מהמקום ועל כן רק פנייה לאדם מבוגר תוכל להפסיק זאת. חשוב להעביר לילדים את המסר, שגם אם לא הצליחו לומר "לא", הם אינם אשמים, אינם פחדנים ואינם חלשים כלל וכלל.

מפגש רביעי - סוד טוב וסוד רע

סודות מהווים חלק מתהליך ההתפתחות הנורמטיבית, לכולם יש סודות, מותר לשמור סודות בתנאי שהסודות טובים והם אינם עלולים לפגוע בילד עצמו או במשהו אחר.

מטרת המפגש - ללמד את הילדים להבחין בין "סוד טוב" שאין בו נזק לבין "סוד רע", היכול להוביל להסתרה של פגיעה אפשרית בילד או בחברו.

שיחת פתיחה -

מה זה סוד? (דבר שיש לשמור בסתר ולא לגלות).

סוד זה דבר טוב או רע? (זה מאוד תלוי. יש סודות טובים ויש סודות רעים. סוד רע עוסק בדברים שפוגעים בנו או במישהו אחר והם מעיקים עלינו וגורמים לנו להרגיש פחד, עצב או אשמה.)

תרגול - הגננת מוציאה את "קופסת הסודות" ובה פתקים שעליהם כתובים (במידה ויש לגננת ציורים מתאימים לחלק מהמשפטים ניתן להשתמש בהם כהמחשה) תיאורים קצרים של מקרים שונים. הילדים, כל אחד בתורו, מוצאים פתק מקופסת הסודות, הגננת מקריאה את הפתק והילד צריך להסביר מדוע זה סוד טוב או סוד רע ומה על הילד לעשות.

דוגמאות לסודות:

- מכינים לאחי מסיבת הפתעה
- ציירתי ציור לגננת
- ראיתי שחבר מהגן הרביץ לילד אחר מהגן והוא אמר לי לא לגלות לגננת ואמר שאם אגלה, הוא ירביץ גם לי.
- ילד הציץ לי בשירותים
- לאמא שלי יש תינוק בבטן והיא אמרה לי לא לגלות עדיין לחברים בגן.
- מישהו נגע לי באיברים הפרטיים והוא אמר לי שזה סוד שלנו וביקש יפה שלא אגלה
- לא שיתפו אותי במשחק למרות שרציתי.
- אחי קיבל עונש בבית הספר
- ראיתי שיותם החביא את הבובה של רותי בחול, רות בוכה, היא מחפשת את הבובה אבל חבר שלי אמר לי שהוא לא יהיה חבר שלי אם אספר לגננת את הסוד.

סיכום - לפעמים קורים לנו דברים שגורמים לנו להרגיש בלבול ואנחנו לא ממש יודעים האם זה סוד טוב או סוד רע או אולי זה בכלל לא סוד. אם יש הרגשה פנימית של בלבול, חשוב להתייעץ עם מבוגר כדי להבין יותר ברור מה אני מרגיש. התפקיד של המבוגרים הוא לשמור על הילדים, אבל לפעמים המבוגרים לא יכולים לשמור מספיק טוב על הילדים כי פשוט הם לא יודעים מה קרה.

אם קורה משהו שהוא לא נעים ואתם מרגישים שזהו "סוד רע", אז חשוב לחפש מבוגר שאפשר לשתף אותו. אני מבטיחה שתמיד אקשיב לכם.

דגש לגננת: במידה וילד מתחיל לשתף בזמן המפגש הקבוצתי באירוע המעורר חשד כי הוא נפגע בדרך כלשהי, יש לעצור אותו בעדינות ולומר לו שמה שהוא אומר חשוב מאד ולכן את כגננת מעוניינת מאד לשמוע את הדברים ולהקדיש להם תשומת לב מיוחדת ולכן את מעדיפה שהוא יספר לך את הסיפור שלו לבד וכששקט בסוף המפגש הקבוצתי.