

סדנא: עישון קבוצתי – חטיבה עליונה (י"ב)

נכתב ע"י: אורלי אבינועם, דקלה דוננפלד, אורלי זאב-כמיסה ודנה רוזנטל מדריכות ביחידה למניעת השימוש בסמים, אלכוהול וטבק

מטרות השיעור:

1. הערכה מחודשת של עמדות התלמידים בנוגע לעישון.
2. בירור הצורך שיש לתלמידים בעישון והצעת חלופות בריאות למימוש הצורך.
3. בירור מקומו של העישון כחלק מהצורך בשייכות כאחד ממאפייני גיל ההתבגרות.

מהלך השיעור:

| חלק בשיעור | מעגל הלמידה | תוכן | זמן מומלץ |
|------------|---------------|---|-----------|
| פתיחה | | הצגת נושא השיעור בפני תלמידי הכיתה. הרחבה על היקף התופעה בקרב תלמידי החטיבה העליונה. | 3 דק' |
| גוף | התנסות/ חוויה | צפייה בסרטון "רייצ'ל מעשנת" מהסדרה "חברים". הצפייה בסרטון תעשה ללא הנחייה מוקדמת, בלי שאלות מכוונות על מנת שהתלמידים יזכו לחוויה ונבדוק לאחריה כיצד הרגישו. הסרטון: https://www.youtube.com/watch?v=xRH_DhiKaeQ | 5 דק' |
| | המללה | שאלות למליאה לעיבוד הצפייה: <ul style="list-style-type: none"> • מה קרה לרייצ'ל? • כיצד רייצ'ל התנהגה? • האם הייתה אמירה בסרטון שנגעה בכם? • האם נתקלתם בסיטואציה דומה? | 10 דק' |
| | המשגה | בתום החלק הראשון של הדיון החופשי במליאה יעבוד המנחה עם התלמידים על המודעות לצורך בשייכות דרך החוויה של הצפייה בסרטון. תחילה ישאל המנחה את השאלות הבאות, ולאחריהן יגדיר את המושג "לחץ חברתי" בהקשר לצורך בשייכות בקרב מתבגרים: איך מתקשר לסרטון ונושאים שדנו בחלק הקודם של הסדנא. שאלות מנחות: <ul style="list-style-type: none"> • מה הרווח בהצטרפות למרפסות? • מה ההפסד מההצטרפות למרפסת? • האם רייצ'ל יכולה להשיג את מטרותיה בדרך אחרת, ללא נוכחות במרפסת? | 10 דק' |
| | יישום | החלק האחרון של השיעור יחולק לשניים – המשך עבודה במליאה והתבוננות פנימית של התלמידים. מטרת חלק זה היא להציע חלופות לעישון הקבוצתי ולהראות כי ניתן לנהל שיח ללא נוכחות הסיגריה. המנחה יחלק לתלמידים פתק שעליו מופיעה באמירה: "אחי, במקום סיגריה בוא ל...." ויבקש מכל התלמידים להמשיך את המשפט. המנחה יבקש מהתלמידים דוגמאות לזירות התרחשות נוספות, כפי שהציעו התלמידים ויכתוב אותן על הלוח. בהמשך ישאל את התלמידים: <ul style="list-style-type: none"> • האם יש מקומות נוספים שבהם ישנה התקהלות של תלמידים ושנוצר שיח חופשי, בלי לעשן | 10 דק' |

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

| | | | |
|-------|--|-------|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• איך אני מצליח לנהל שיחה עם חברים שמעשנים, כשאני לא מעשן• אני רוצה להיות בחברת החברים שלי שמעשנים, איך אתחבר אליהם אם אני לא מעשן?• מה היית מציע לחבר שלך, אם היה נקלע לאירוע דומה לזה של רייצ'ל. | | |
| 7 דק' | המנחה יסכם את השיעור תוך חזרה על מטרות השיעור ועיקרי דברי התלמידים בפרזנטציות שלהם. | סיכום | |

נספחים:

הצורך בשייכות של המתבגר, עפ"י כישורי חיים, משה"ח

חשיבותה של השייכות לקבוצת בני השווים עולה בגיל ההתבגרות בד בבד עם תחילתו של תהליך ההיפרדות מההורים, הטומן בחובו ירידה בעוצמת הקשר ובהשפעה של ההורים על ילדיהם. הקבוצה שאליה משתייכים המתבגרים מסייעת להם לבסס ולברר את זהותם העצמית באמצעות שאלות כמו: "מי אני? לאן אני שייך? במה אני ייחודי? במה אני שונה מהאחר?". לקבוצת הגיל כמה תפקידים במהלך ההתבגרות (סמינלסקי, 1992): (היא מהווה ראי – באמצעותה יכולים המתבגרים לראות, לקבל היזון חוזר, ולאמת לעצמם מי הם בהשוואה יחסית לאחרים משמעותיים. היא מהווה עבור המתבגרים מודל – המתבגרים מוצאים בקבוצת הגיל דגם שאותו הם יכולים לחקות: דפוסי ערכים והתנהגות של גבריות/נשיות, יופי-כיעור, לבוש, דפוסי בילוי, מוסריות, יחסי הורים ועוד. היא מציעה טיפוסים שונים של חברים ושל דפוסי שונים של חברות, אשר מהם ניתן לבחור את אלה שימלאו צרכים שונים בזמנים שונים. היא מאפשרת הישענות על מנהיגים המחפשים אפשרויות שינוי ומנחים בחיפוש התנסויות חדשות. היא מהווה עבור מתבגרים רבים "מקלט" כאשר הם מרגישים צורך לברוח מלחצים מצד המשפחה, מצד בית-הספר, בני הגיל, בן הזוג ועוד. למרות צרכים אלו, ומתוך הבנה למענה לשאלות הזהות שנותנת חברות בקבוצה חברתית כזו או אחרת, יש ללמד לפתח התייחסות ביקורתית בנוגע למידת הסיכון הטמונה בפעילות קבוצתית. יש להציג הן את האפשרות של התנגדות לקולה של הקבוצה מחד-גיסא, והן את היכולת למצוא חלופות לשייכות בקבוצות אחרות, מאידך-גיסא. מטרות

הגדרת המושג "לחץ חברתי":

אתר מט"ח - לחץ חברתי מוגדר בין היתר כשינוי בהתנהגותו של אדם כתוצאה מקונפליקט בין הרצון שלו לעשות מה שהוא רוצה, מה שהוא מרגיש שנוכח לו, ובין הצורך להתנהג כפי שהחברה דורשת ממנו.

ויקיפדיה - לחץ חברתי הוא שינוי בהתנהגותו של הפרט כתוצאה מהקונפליקט בין רצונו לנהוג ככל העולה על רוחו לבין הצורך בהשתייכות והדחף להתאים עצמו לחברה שסביבו. זהו מצב בו מופעלת השפעה חברתית על אדם מצד האנשים הסובבים אותו. כתוצאה מכך, האדם עשוי "להיכנע" ולבצע פעולות מסוימות, על אף שאינן תואמות את הרגליו, העדפותיו או מצפונו.

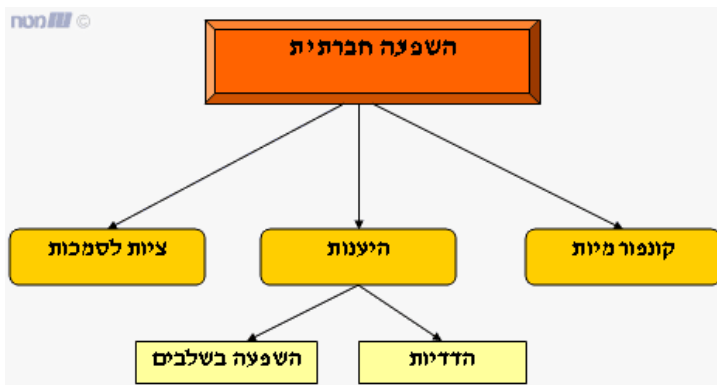
הגדרת המושג "לחץ קבוצתי – קונפורמיות":

אתר משה"ח - לחץ קבוצתי הוא "מצב חיים" התפתחותי, המודגש בגיל ההתבגרות, אך מוכר לכל אורך החיים. קונפורמיות = היא תוצר של עימות בין אמונות ועמדות של הפרט לבין אלה של הקבוצה. האדם הקונפורמי נכנע ללחץ קבוצתי.

השפעה חברתית- מט"ח

המושג השפעה חברתית מתאר את הדרכים של החברה לשינוי התנהגותנו ואמונותינו.

שלוש דרכים להשפעה חברתית, והן השונות זו מזו באופן השפעתן:



השפעה חברתית (ויקיפדיה)

השפעה חברתית מתרחשת כאשר רגשותיו, דעותיו או מעשיו של אדם מושפעים מאנשים אחרים.

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