

המלצה לפעילות סביב ההצגה "החברים של יעל" (יעל לומדת לשמור על גופה).

צוות חינוכי יקר !
על אף המאמצים שלנו כהורים ואנשי חינוך, לגונן על ילדינו מפני פגיעה, כל ילד חשוף לפגיעה מינית.. 80% ממקרי הפגיעה הם ע"י אדם המוכר לילד. זה יכול להיות קרוב משפחה, חבר, שכן או שמרטף. רוב הילדים לא מספרים על כך שמתעללים בהם. האחריות לזיהוי סימנים של התעללות מינית, מוטלת על ההורים או על המבוגרים האחרים להם. חלק ניכר מהפגיעות מתגלות ע"י הצוות החינוכי הנמצא בקרבת הילד שעות רבות ביום.
מכיוון שעדות פיזית להתעללות היא נדירה, מומלץ לשים לב לשינויים משמעותיים בהתנהגותם של הילדים:

- קשיים בהליכה או ישיבה
- בגדים תחתונים מוכתמים, קרועים או כאשר כתמי דם מופיעים עליהם
- תלונות על כאב, או גירוי באזור אברי המין
- חבורות או שטפי דם באברי המין החיצוניים
- תלונות על כאבי ראש וכאבים פיזיים 'פתאומיים
- הפרעות בשינה.
- פחד או סלידה ממקומות ומאנשים מסוימים
- ילד הנראה מכונס בתוך עצמו, עסוק בפנטזיות ומציג התנהגות ילדותית יחסי חברות מועטים עם ילדים אחרים
- בעיות משמעת, בעיות בגן/בית הספר, התנהגות חריגה, ירידה בלימודים.
- עוינות או התנהגות אלימה.
- סימנים המעידים על דיכאון, התקפי חרדה, הפרעות אכילה.
- ירידה בהערכה העצמית, התנהגות פסיבית, ניסיון לרצות את הסביבה באופן חריג.
- חיקוי התנהגות מינית של מבוגרים, יתכן גם במקרי חשיפה לסרטים/תמונות פורנוגרפיות.

כאשר את/ה משוחח עם ילד חשוב לזכור שהמטרה העיקרית היא לברר אם קיים/לא קיים חשד סביר לפגיעה. הקפד/י להיות רגוע/ה. תגובה היסטורית עשויה להפחיד את הילד, להגביר את רגש האשמה שלו ולגרום להסתגרות.
חשוב!!!

- להאמין לילד ולהתייחס לדבריו ברצינות .
- לא להפעיל על הילד לחצים לדבר על ההתעללות - תנו לו לספר את הדברים בזמן ובקצב שלו.
- שוחח/י עם הילד בגובה העיניים, בהתאם לגילו ורמתו (השתמש באוצר מילים שמוכר לילד)
- המנע/י משאלות סגורות (כן/לא) ומשאלות מנחות ואפשר/י לילד להתבטא באופן חופשי להביע אמפטיה כלפיו.
- לחזק אותו על הצעד שעשה. (קשה מאוד לילד לחשוף סוד כזה).
- להעביר לו את התחושה שתמיד יכול לפנות, ושכבר אינו לבד עם הסוד.

- אמור/י לילד שהוא לא אשם. ילדים בד"כ חווים תחושת אשמה קשה. הילד הוא תמיד הקורבן של הפגיעה – הוא לעולם לא הגורם.
- בדוק/י את הסיפור הכללי עם הילד. ברר/י היטב שהבנת את כל אשר סיפר לך
- שתף/י את הילד בהמשך התהליך כדי להחזיר לילד את התחושה של שליטה על חייו
- לא לתחקר את הילד.
- לא להבטיח לא לספר!
- חשוב לצמצם ככל האפשר את מספר הפעמים בהם על הילד לחזור על הסיפור
- נהג/י על פי הוראות משרד החינוך ודווח לגורמים הרלוונטים.

ההצגה "החברים של יעל" נכתבה על ידי יעל פדר ושרונה אריאל (עובדות סוציאליות) בשיתוף הצוות הקליני הבכיר של האגודה להגנת הילד והיחידה למניעת התעללות מינית במשרד החינוך.

מטרות ההצגה הן הקניית כלים להבחנה בין מגע מותר למגע אסור, העצמת הילד ובניית רשת תמיכה לשעת מצוקה.

בהצגה מועלים תכנים ומסרים רבים ויש חשיבות רבה בעבודה של הצוות החינוכי עם הילדים לפני ואחרי ההצגה, זאת על מנת לחדד, לעבד ולהעמיק מסרים חשובים אלו. בפגישות שנערכו עם השירות הפסיכולוגי ייעוצי במשרד החינוך (שפ"י) גובשו מס' המלצות לפעילות סביב ההצגה.

❖ חלק א' - פעילות מקדימה :

אני וגופי – הכרות עם איברי הגוף של הילד ושל הילדה. הצגת האיברים הפרטיים כאיברים שאנו מכסים בבגד ים. חשוב לכנות את האיברים בכינויים הזהים לכינויים בהם אנו משתמשים בהצגה – פין, פות, חזה וישבן. המסר המרכזי הוא : "הגוף שלי הוא רק שלי , הגוף שלי הוא ברשותי ולאף אחד אסור לגעת באיברים הפרטיים של גופי."

❖ חלק ב' - פעילות לאחר ההצגה (רצוי בטווח של שבוע מיום ההצגה):

שלב א' – רשמים מההצגה:

האם נהניתם?, מה הכי אהבתם?, מה לא אהבתם?, מה אתם הכי זוכרים?, מה למדתם, מה חידשה לכם ההצגה? וכו'.

אם ילדים ירצו לשתף במקרים שקרו להם יש לחזק אותם אך רצוי לבקש לדבר איתם **באופן פרטני** ולא בפורום של כל המליאה.

שלב ב' – מגע טוב ומגע רע/ מגע מותר ומגע אסור :

סיטואציות בהן מגע באיברים הפרטיים הוא לגיטימי (מקלחת, ביקור אצל רופא) וסיטואציות בהן מגע הוא אסור (גם אם מבקשים רשות). יש לחדד את הנושא שלנו אסור לגעת בגוף של האחר אפילו אם הוא מבקש.

רצוי לא להשתמש במונח מגע נעים / לא נעים שכן גם מגע אסור יכול להיות נעים ועל כך הבלבול הרב של הילדים הנתקלים במצב זה.

שלב ג' – העצמת הילד :

מתי אני אומר לא? מתי אני חושש להגיד לא?, מה אני מרגיש כשאני אומר לא?
מתי חייבים להגיד לא ?
המלצה - לתרגל עם הילדים אמירה של לא – מקול חלש, שקט וחסר בטחון ללא חזק ואסרטיבי.

שלב ד' – סוד טוב וסוד רע :

מהו סוד?, מה מרגישים כששומרים סוד?, מהו ההבדל בין סוד טוב לסוד רע (לדוג' סוד טוב – מסיבת הפתעה, הריון וכו').

שלב ה' – אנשי אמון :

בניית רשת תמיכה לילד – מבוגרים אליהם ניתן לפנות בשעת מצוקה : הורים, גננת, סייעת, מורה, יועץ/ת, מנהל/ת, דוד/ה, סבא, סבתא, שכן/ה וכו'.

שלב ו' – סיכום: כללי התנהגות בגן / ביה"ס:

בניית חוזה עם הילדים המציג התנהגות מותרת והתנהגות אסורה בגן / בכיתה : כללי משחק, פינת הרופא והחולה, המקום האינטימי שלי (שירותים), אוננות ועוד.

ניתן להעזר בקלטות הוידאו/ dvd :

החברים של יעל-הגוף שלי הוא רק שלי
אני וגופי – פרפר נחמד
לומדים להגיד לא – הטלויזיה החינוכית

ספרות עזר :

יעל פדר/ הגוף שלי הוא רק שלי (בהוצאת שוקן)
אלמוג שולמית, זכויות של ילדים
אשל נירה, לומדים לשמור על עצמנו
בן גור נעמי, איש שלא מכירים
בריינס-מאור תום, הדוד של עדן
גורדון סול וגודית, מוטב להזהר ולא להצטער
גילת מרים, מעולמה של ילדה שהצליחה לשרוד
דוסו, לומדים לשמור על עצמנו- שירים, סיפורים ופעילויות
הפעלוטף, כרך א' מעמ' 17
וייסמן עדנה, ההרגשה שלי
זילברמן יונה, ספר הלא לא – אני שומר על זכותי להגיד לא
חבושי חוה, זה קרה בגן הציבורי
חבושי חוה, תריסים מוגפים
טרומר חנה, מי מצלצל בדלת ?
כדורי אלי, סודו של חומי
מירון-שץ טלי, הגוף שלי ברשותי.
סויט פיליס, משהו קרה לי
עידן-אבורמן ליאור, הגוף שלי ברשותי
שיר סמדר, התבגרות ללא אלימות
שריר דפנה, זהירות ניצול מיני

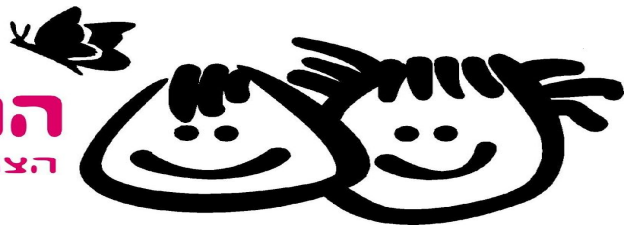
□ בעקבות הצלחת ההצגה הוצאנו מארז הכולל dvd+דיסק שמע "החברים של יעל-הגוף שלי הוא רק שלי" בכיכובן של יעל פדר וגילה אלמגור. ניתן למצוא את הדינדי בחנויות המוזיקה והספרים. כמו כן השקנו את הספר "הגוף שלי הוא רק שלי"/יעל פדר בהוצאת שוקן. ניתן לרוש אותו בחנויות הספרים.

□ באל"י פועל קו מצוקה ליעוץ, עזרה ותמיכה בנושא פגיעה בילדים 1-800-22-3966
□ מצ"ב מכתב להורים אודות ההצגה, אנא דאגו להעבירו להורים.

הנכם מוזמנים לבקר באתר האינטרנט שלנו בו ניתן למצוא מאמרים וחומרי הסברה בנושא מניעת פגיעות מיניות. כתובת האתר : www.yaelfriends.com
תודה על שיתוף הפעולה בהגברת המודעות לנושא הפגיעה המינית בילדים.
בברכה

יעל פדר ושרונה אריאל (עובדות סוציאליות) – תיאטרון "החברים של יעל"

תיאטרון "החברים של יעל", שרונה אריאל 052-2745084, יעל פדר 3634912
052- אתר אינטרנט www.yaelfriends.com



להורים שלום!

בגן/ בכתה של ילדכם התקיימה ההצגה "**החברים של יעל**" (**יעל שומרת על גופה**)
הצגה זו נכתבה על ידי יעל פדר ושרונה אריאל (עובדות סוציאליות) בשיתוף מטפלים בכירים בצוות הקליני של האגודה להגנת הילד והיחידה למניעת התעללות מינית במשרד החינוך. הנושאים העיקריים בהם עוסקת ההצגה הם: מהו מגע מותר ומהו מגע אסור, כיצד להגיד לא למגע אסור, מה ההבדל בין סוד טוב ל רע ולמי ניתן לפנות לקבלת עזרה. בעקבות ההצגה אנו מצפים כי הילדים יביעו עניין בנושא ושאלו שאלות ואנו ממליצים לשוחח עמם, לחדד ולהדגיש את התכנים והמסרים בהם עסקה ההצגה. להלן מס' הדגשים:

- לילדים יש סקרנות טבעית בריאה ולגיטימית והם נוהגים לשאול שאלות. חשוב שההורים לא יתחמקו משאלות הילד, אפילו אם הן מביכות את ההורה או גורמות לו תחושה לא נוחה שכן אם הילד לא יקבל תשובות לשאלותיו, הוא יחפש את התשובה ממקורות אחרים.
- חשוב לשוחח עם הילד בגובה העיניים, בשפת הילד ולהשתמש במושגים מחיי היום יום של הילד. לא לערוך עם הילד שיחה רשמית אלא לשוחח איתו באופן פתוח וגלוי תוך כדי ההתנהלות היומיומית.
- המסר החשוב הוא שהגוף שלהם הוא ברשותם. האיברים הפרטיים של הילד הם האיברים המכוסים בבגד ים (פין, פות חזה, ישבן) ולאף אחד אסור לגעת באיברים הפרטיים של הילד (אלא אם כן יש סיבה רפואית לכך) וגם לילד אסור לגעת באיברים הפרטיים של האחר אפילו אם הוא מבקש או מציע מתנות. האיברים הפרטיים של הילד שייכים לילד ולא מקובל לחשוף אותם בפני זרים.
- לעודד תקשורת פתוחה בבית. להימנע מאווירת סודיות, שלא חושפת רגשות ומידע. הורה לא יכול לצפות שילדו יספר לו משהו רע שקרה לו אם הילד לא מספר לו על דברים טובים או יומיומיים שקורים לו. לעודד את הילד לספר ולשתף, לתת לילד את התחושה שמאמינים לו ושקשובים אליו (הפחד הגדול ביותר של הילד הוא שכשהוא יספר משהו רע שקרה לו לא יאמינו לו) לא להתייחס אל דבריו כאל סיפורים דמיוניים. רק כך הילד ישתף את הוריו.
- לעודד את הילד לסמוך על הרגשות שלו. להיות קשובים לרצונות הילד ולכבדם. כדאי להדגיש בפני הילד כי הוא לא תמיד חייב להקשיב למבוגרים. אם הם מבקשים ממנו דברים שפוגעים בפרטיות שלו או שלהם (לגעת בהם, להסתכל על האיברים הפרטיים שלהם, או שהם ייגעו בו או יסתכלו על האיברים הפרטיים שלו), לא לפחד לומר לא ולספר למבוגר.
- הילד הוא המראה של הוריו. דרך ההורים הילד לומד את נושא הפרטיות והמרחב האישי כבר בינקותו- דרך הטיפול בו הוא לומד כי ההורים והמטפלים הם היחידים שנוגעים באיבריו וזה נעשה רק כחלק מטיפול וניקיון. הילד גדל לנורמות התנהגות בהם איבריו הפרטים אינם חשופים וכך נכון גם אצל הוריו וסביבתו הקרובה. אותן נורמות התנהגות מופנמות אצל ילדנו ממש כמו בכל תחום אחר- השפה,, היחס אחד כלפי השני, הרגלי התזונה ועוד. חשוב כי ההורים יקפידו על שמירה על פרטיותם האישית ובכך הילד ילמד לכבד את הפרטיות שלהם ואת הפרטיות של האחר.
- ילדים בגילאים הרכים נוטים לשחק במשחקים מוכרים: "אבא-אמא", "רופא-חולה" כחלק מחיקוי התנהגות המבוגרים, ובדרך זו מבנים לעצמם את תפקידי האב, האם המטפל והמטופל.

- לא פעם במהלך משחקים אלו נוצר בלבול בין מותר לאסור, הנכון והלא נכון, יש להנחות את הילד כי ניתן לשחק אך לשמור על הגבולות (בלי להפשיט ובלי לגעת באיברים הפרטיים) ולגבי חקירת גופו, היא טבעית ומותרת אך יש לקיימה באופן פרטי בלבד (ללא נוכחות ילדים/מבוגרים), לדוג' בחדרו.
- חשוב לשוחח על משמעות שמירת סוד - זו דילמה לא קטנה אצל ילדים. פעמים רבות אנו אומרים להם שצריך לדעת לשמור סוד (כשמתכננים מסיבת הפתעה לאימא, למשל) - אבל חשוב להסביר מהם ההבדלים בין סוד לסוד. יש סודות טובים, ויש סודות רעים. כשמישהו אומר לילד "אל תגלה לאבא ואימא", זה סוד לא טוב. גם ההבחנה בין הלשנה לדיווח הכרחית. ההלשנה נתפסת כמשהו מאוד לא יפה אצל ילדים, וצריך לעזור להם לנסח אמות מידה וכללים, שיעזרו להם להבדיל בין המצבים.
- לבנות לילד רשת תמיכה - למנות רשימה של אנשים קרובים היכולים לשמש אוזן קשבת - כדאי לתת לילד אופציות כמו גננת, יועץ/ת, מורה, דודה, אחות או כל אדם אחר שהוא בוטח בו.

ספרות ילדים מומלצת:

אלמוג שולמית, זכויות של ילדים
 אשל נירה, לומדים לשמור על עצמנו
 בן גור נעמי, איש שלא מכירים
 בריינס-מאור תום, הדוד של עדן
 גורדון סול וגודית, מוטב להזהר ולא להצטער
 גילת מרים, מעולמה של ילדה שהצליחה לשרוד
 דוסו, לומדים לשמור על עצמנו- שירים, סיפורים ופעילויות
וייסמן עדנה, ההרגשה שלי
 זילברמן יונה, ספר הלא לא – אני שומר על זכותי להגיד לא
 חבושי חוה, זה קרה בגן הציבורי
 חבושי חוה, תריסים מוגפים
 טרומר חנה, מי מצלצל בדלת?
 כדורי אלי, סודו של חומי
 מירון-שץ טלי, הגוף שלי ברשותי.
 סויט פיליס, משהו קרה לי
 עידן-אבורמן ליאור, הגוף שלי ברשותי
 שיר סמדר, התבגרות ללא אלימות
 שריר דפנה, זהירות ניצול מיני

- **בחודש פברואר 2008 השקנו לחנויות dvd "החברים של יעל-הגוף שלי הוא רק שלי" יעל בכיכובן של יעל פדר, גילה אלמגור ויפתח ויזל. ניתן למצוא את הדיידי בחנויות המוזיקה והספרים וכן דרך תיאטרון החברים של יעל.**
 - באל"י פועל קו מצוקה ליעוץ, עזרה ותמיכה בנושא פגיעה בילדים 1-800-22-3966
 - לטיפול ויעוץ בנושא פגיעה מינית בילדים -
- סיגל אוסטר קנב-פסיכותראפסטית לילדים ומבוגרים, מטפלת משפחתית
 וזוגית, מומחית בטיפול בנפגעי תקיפה מינית והתעללות. טל 052-2225336

**הנכם מוזמנים להכנס לאתר האינטרנט של תיאטרון "החברים של יעל".
 באתר תוכלו למצוא מאמרים וחומרי הסברה בנושא מניעת פגיעות בילדים.
 כתובת האתר www.yaelfriends.com**

תודה על שיתוף הפעולה
 יעל פדר ושרונה אריאל - תיאטרון "החברים של יעל"
תיאטרון "החברים של יעל" שרונה אריאל 052-2745084, יעל פדר
052- 3634912
אתר אינטרנט www.yaelfriends.com