

## אלימות נגד נשים במדינת ישראל - תמונת מצב - מערך פעילות

מהלך הפעילות נכתב בלשון נקבה אבל פונה לכולם!

חשוב לנו שכמה שיותר יחשפו לנושא. מוזמנות ומוזמנים להעביר את זה הלאה ולהצטרף לתיקון המצב.

### מטרות

1. מתן פלטפורמה לשיחה פתוחה וגלויה עם החניכות על המצב הקיים (אפשרות לדבר על חששות, פחדים, אדישות מהמצב הקיים).
2. החניכות יבחנו וילמדו את תופעת האלימות נגד נשים.
3. החניכות יבררו את סוגיית האחריות שלהן במיגור התופעה.

שימוש בטקסטים אפשריים למהלך הפעילות:

### 1. שהרשע בא כמו גשם נופל/ ברטולד ברכט

כְּאֶחָד הַמְבִיא מִכְתָּב חָשׁוּב לְאֲשֶׁנֶּב לְאַחַר שְׁעוֹת-  
הַקְּבֵלָה: הָאֲשֶׁנֶּב כָּבֵר נְעוּל.  
כְּאֶחָד הָרוֹצֵה לְהַזְהִיר אֶת הָעִיר מִפְּנֵי שְׁטָפוֹן: אֲבָל  
הוּא מְדַבֵּר לְשׁוֹן אַחֲרָת. אֵין מְבִינִים אֶת דְּבָרָיו.  
כְּקִבְצוֹ, הַדּוֹפֵק בְּפַעַם הַחֲמִישִׁית בְּאוֹתָהּ דָּלַת שְׂבָה כָּבֵר  
קִבֵּל אַרְבַּע פְּעָמִים: הוּא רָעַב בְּפַעַם הַחֲמִישִׁית.  
כְּאֶחָד שֶׁדָּמּוּ זֶרֶם מִתּוֹךְ פְּצַע וְהוּא מְחַפֵּה לְרוֹפֵא:  
דָּמוּ מִמְשִׁיף לְשִׁתָּת.

כִּי בָּאִים אֲנַחְנוּ וּמְסַפְּרִים שְׁעָשׂוּ לָנוּ מַעֲשִׂים  
שֶׁלֹּא יַעֲשׂוּ.

כְּשֶׁסָּפַר לְרֵאשׁוֹנָה, שִׁידִידֵינוּ נִשְׁחָטִים בְּהַדְרָגָה  
קָמָה זְעָקָה שֶׁל פְּלִצוּת. אִזּוּ נִשְׁחָטוּ מֵאָה. אֲבָל  
כְּאֲשֶׁר נִשְׁחָטוּ אֲלֶיךָ וְלִשְׁחִיטָה לֹא הָיָה סוּף, נִפְוָה  
הַשְּׁתִּיקָה.

כְּשֶׁהֲרִשַׁע בָּא כְּמוֹ גֶשֶׁם נוֹפֵל, אֵישׁ אֵינוֹ קוֹרֵא עוֹד:  
עֲצֵר!

כְּשֶׁהֲפִשְׁעִים נִעְרָמִים, הֵם נַעֲשִׂים בְּלִתֵּי-נְרָאִים.  
כְּשֶׁהֲסַבֵּל נַעֲשֶׂה לְלֹא-נִשְׂא, אֵין שׁוֹמְעִים  
עוֹד אֶת הַצְּעָקוֹת.  
גַּם הַצְּעָקוֹת נוֹפְלוֹת כְּגֶשֶׁם-קִיץ.



## 2. כלום לא עצוב/ אביתר בנאי

(כדאי להשמיע ולא להקריא, לביצוע יש אפקט חשוב מאוד)

מישהו נכנס לחנות דווקא נחמד מאוד  
רגע כואב בחזה ופתאום נופל ומת  
בגיל ארבעים ושש עם בית ואשה  
ורגע אחד בחזה ואשה אחת  
תישן לבד

מישהי נוסעת בטרמפ דווקא יפה מאוד  
לא מזמן קיבלה הצעה היא חושבת שהיא תסכים  
אוי כמה שהיא בכתה כשהנהג את החולצה  
קרע לה

תינוק בקומה מעל בוכה חזק מאוד  
אבא את אמא דקר וירה לעצמו בראש  
ודם מקומה מעל נוזל לי על החלון  
על מה אני חושב בלילה

כלום לא עצוב הכל כרגיל  
כלום לא קורה פה  
כלום לא קורה פה  
כלום לא עצוב הכל כרגיל  
כלום לא קורה פה  
כלום לא קורה פה

הרבה כאבים בגוף והרבה כאבים בלב  
הרבה בניינים יפים והרבה אמנות ותרבות  
הרבה הורים מתים והרבה קירות נסדקים  
ולי זה נראה פתרון ללכת איתך לישון  
הלילה

כלום לא עצוב הכל כרגיל  
כלום לא קורה פה  
כלום לא קורה פה  
כלום לא עצוב הכל כרגיל  
כלום לא קורה פה  
כלום לא קורה פה

הכל שקט, הכל שקט  
הלילה

איזה לילה יפה לחלום חלומות יפים



## מהלך הפעילות

חלק א': הכרות, הזדהות, מודעות

1. השמעת השיר 'כלום לא עצוב' של אביתר בנאי - בהתחלה רק הקשבה. לתת מקום ורגע לשיר.

2. דיון:

א. על מה השיר מדבר?

ב. מה השיר רוצה לתאר לנו? מה הוא רוצה להגיד לנו?

ג. מה קורה שהוא לא רגיל?

\* חשיפת הנושא של הפעילות ועל מה אנחנו הולכות לדבר בזמן הקרוב.

בחרנו לפתוח בשיר הזה, במטרה להראות, להרגיש ולהבין שזה כאן, שהדבר קיים כל הזמן, שאי אפשר להעביר את הדבר הזה לקולות רקע (קצת כמו המנגינה בשיר). שישנה מציאות מורכבת וקשה והיא נוכחת ונמצאת הרבה מאד.

3. שמש אסוציאציות:

במרכז החדר יהיה עיגול שבתוכו רשום הביטוי "אלימות נגד נשים"

כל משתתפת מקבלת פתקיות.

על כל פתק היא תרשום מחשבה/ רגש/ מילה שמתארת את ההתייחסות שלה לנושא

זה יכול להיות כל רגש ותגובה - כל דבר.

יצירת שמש אסוציאציות של דברים

\*חשוב לעודד את החניכות לרשום הכל. כולל אדישות, כולל הכל!

\* חשוב לתת מקום לכלל הדברים שעולים. לא לפסול, לאפשר לכתוב כמה שיותר דברים על מנת לתת במה לכמה שיותר דברים שעולים מהחניכות עצמן.

4. התייחסויות של החניכות לדברים שאחרות רשמו

א. מה עורר בכן הזדהות מדברים שאחרות רשמו?

ב. על מה כעסתן?

ג. מה ממש לא דיבר אליכן?

\* המטרה של השיח הזה, הוא לעורר כמה שיותר מחשבות, רגשות, דעות והתנהגויות שעולות לחניכות מהנושא הזה. יהיו חניכות שהנושא יהיה להן קשה, יהיו חניכות שזה לא יידבר אליהם, יהיו גם כאלה שיהיו בהאשמת הקורבן ועוד ועוד.

ככל שונאפשר שיח פתוח, כן ואמיתי בשלב הזה - שאר החלקים יהיו משמעותיים יותר.



5. מה זה מערכת יחסים בריאה? - דיון

איך הייתן מגדירות מערכת יחסים בריאה ומה לדעתכן לא בריאה?

יצירת סקלה או טבלה על הרצפה / לוח שמראה מה בריא ומה לא בריא. מה נכון ומה לא נכון.

\* במידה וצריך - רושמות מילים על הלוח - קנאה, פרטיות, שליטה, חיזור, חטטנות, בדיקה לאן את יוצאת, החלטה מה את לובשת, לוקח לך את האפשרויות תשלום, עוברים למקום מגורים רחוק מהחברות שלך, לא מאפשר לך שיחות עם אנשים, חיבוקים בפומבי, מגע.

\*\* החלק הזה חשוב כדי לייצר אפשרות לחניכות לייצר ולשרטט את הגבול שלהן. מה מתאים להן ומה הן מוציאות החוצה. למה הן לא מאפשרות להיכנס לתוך מערכות היחסים שלהן.

6. לפזר תמונות של כל הנשים שנרצחו על הרצפה ולשאול מה משותף לכל הנשים.

איזה מהנשים אתן מזהות ולמה?

לאחר מכן להסביר שכולן נרצחו על ידי הבני זוג שלהם.

\* המטרה של החלק הזה הוא בעיקר כדי - להראות את המגוון. את זה שזה לא פלח אוכלוסייה מסוים.

7. במידה ויש פתיחות וניתנת האפשרות - כדאי לאפשר לחניכות לספר על סיטואציות שנחשפו אליהן או שמעו עליהן. חשוב לתת מקום גם למציאות המתעתעת - מקרים שלכאורה מפתיעים אותנו, נשים שקשה לנו לדמיין שהן במערכת יחסים אלימה. מקרים שיעזרו לנו להבין שמה שרואים מפה לא רואים משם.

חלק ב' - אז מה עושות?

את החלק הבא אפשר להמשיך בפעילות הבאה ולתת לחניכות להתעניין, לחקור, לשתף ולהוביל!

ניתן להעזר בחומרים ברשת כמו: [ביחד נציל חיים](#) לזכר מיכל סלה, [רשימת ארגונים המסייעים בנושא](#) ועוד.

8. שיח על סימני אזהרה:

איזה סימני אזהרה אתן חושבות שיש?

איך אתן חושבות שניתן לזהות סימני אזהרה?

מה התפקיד שלכן בזה?

\* אפשר להשתמש בשיר "שהרשע בא כמו גשם נופל" - להראות שלעיתים לא ניתן לראות את הדבר הזה, לעיתים דווקא זה קשה.

ושזה מגיע בכמויות גדולות לעיתים קל להתעלם או להיות אדיש לדבר הזה.



9. שיח על אפשרויות מניעה ועל מעגלי תמיכה:

שיח על מעגלים שיכולים לתמוך, ארגונים משפחה, קהילה.

10. סיכום:

א. מה אני לוקחת באופן אישי מהפעילות?

ב. מה הייתי רוצה שנעשה כקבוצה למניעת אלימות נגד נשים - בזמן הקרוב ובעתיד הרחוק כשכבר לא נהיה יחד במכינה/בקבוצה.

