

הנחיות להוראת המצגת " חברים ולא שותים "

קהל יעד: כיתות ז' ומעלה

הרעיון:

השימוש באלכוהול בחטיבות ביניים הוא דבר נפוץ ועל פי נתונים של משרד החינוך מחצית מהתלמידים (50%) בגילאי 12-18 שותים משקה אלכוהולי כלשהו והגיל הממוצע לתחילת השימוש באלכוהול הוא 13.4. פעמים רבות המורים כלל לא מודעים להרגלי השתייה של התלמידים אך עדיין קיים עיסוק בנושא דרך שיעורי כיסוי חיים וכל שנה מתקיים חודש מודעות לשימוש באלכוהול בו מועברות פעילויות בנושא לתלמידים.

כחלק מפיתוח עבור גילאי חטיבה הוחלט לפתח ערכה בנושא שימוש באלכוהול עבור חטיבות כחלק מאתר "בין הצלולים".

המצגת הזו עוסקת בנושא של לחץ חברתי ושתיית אלכוהול. המטרה הינה לדון עם התלמידים על ההשפעה של לחץ חברתי על שתיית אלכוהול ולתת להם כלים להתמודדות עם מצבים של לחץ חברתי.

מטרות:

1. להעלות למודעות את ההשלכות האפשרויות של שתיית אלכוהול וכיצד שתייה עלולה לפגוע.
2. להעלות למודעות ולשוחח על הקשר שבין לחץ חברתי ושתיית אלכוהול.
3. לתת לתלמידים כלים מעשיים לעמידה על שלהם במצבי לחץ חברתי תוך התבוננות על מה ישרת אותם טוב יותר.

שקופית 1

שקופית פתיחה – חברים ולא שותים

בשקופית זו מוצג נושא המצגת – חברים ולא שותים.

שאלו את התלמידים:

1. במה לדעתכם עוסקת המצגת?
2. האם לדעתכם זהו נושא שחשוב לדבר עליו בבית הספר? למה כן? למה לא?
3. מה הקשר בין חברות לשתיית אלכוהול? האם קיים קשר?



שקופית 2

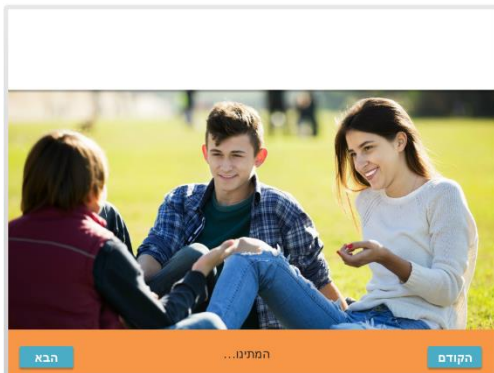
סיפור המקרה

בשקף זה מוצג סיפור מקרה המתאר נער שמתמודד עם לחץ חברתי לשתות אלכוהול.

הסיפור "רץ" ברצף. בסופו יש לקיים עם התלמידים דיון.

שאלות לדיון:

1. ספרו במילים שלכם- מה מתואר בסיפור?
2. מה ההתלבטות של עמית?
3. האם נתקלתם בעבר במצבים של לחץ חברתי לעשות משהו שלא רציתם?



שקופית 3

איך לדעתכם הוא מרגיש?



בשקופית זו מתבקשים התלמידים להתייחס לתחושות של עמית בסיטואציה שתוארה בשקף הקודם. המטרה היא לעודד אותם להתבוננות קצת ויתר מעמיקה על המצב ועל ההשפעה של האירוע על הילד. דרך כך, התלמידים יוכלו להתחבר לתחושות האישיות שלהם בחוויות אישיות של לחץ חברתי (לווא דווקא סביב אלכוהול).

בקשו מהתלמידים לציין בקול רם את הרגשות שלדעתם חש עמית וסמנו על השקף את המילים המתאימות.

שקופית 4

מה כדאי לעמית לעשות?



בשקף זה עוברים התלמידים לחשיבה על הפעולה- מה כדאי לעמית לעשות בפועל. לאחר שהתחברו בשקף הקודם לתחושות שהוא מרגיש, כעת אליהם להיכנס שוב לנעליו ולהציע מה לדעתם עליו לעשות. מוצגות בפניהם ארבע אפשרויות. אין תשובה אחת נכונה ואין צורך להגיע להסכמה בין כל התלמידים. המטרה היא לדון על היתרונות והחסרונות של כל אחת מהאפשרויות עבור עמית.

חשוב לשים לב שאינכם שיפוטניים כלפי עמדות התלמידים ומאפשרים להם להביע את עצמם חופשי בנושא "רגיש" זה מבחינתם. רק חקירה מעמיקה של האפשרויות הקיימות תאפשר להם להגיע בסופו של דבר לתשובה ה"נכונה". חשוב לסייע לדין על ידי שאלות:

- למה בחרת בתשובה זו?
- מה היתרונות של אפשרות פעולה זו? מה החסרונות?
- איך הוא ירגיש לדעתכם אם הוא יבחר לעשות את מה שמוצע פה?
- מה יקרה פעם הבאה שהילדים יפגשו בערב?
- האם הם יזמינו אותו? האם הוא ילך?

שקף 5

צפייה בסרטון "חברות בצל האלכוהול"



בשקף זה צופים התלמידים בקטע מתוך סרטון שהופק על ידי "עיר ללא אלימות" והטלויזיה החינוכית. מטרת הסרטון להראות דרך התמודדות של תלמיד עם לחץ חברתי שמפעילים עליו חבריו.

בסיום הסרטון יש לעבור לשקף הבא.

שקף 6

מה דעתכם על מה ששי עשה?

בשקף זה מתבקשים התלמידים לחוות את דעתם על דרך ההתמודדות שבחר שי (למרוח על עצמו בירה כדי שיריח כאילו הוא שותה). יש לסמן את הדמויות על פי תשובות התלמידים.

לאחר מכן, יש לערוך דיון קצר שיעסוק באלטרנטיבות לפעולה של שי. מומלץ לבצע את הדיון בעזרת הסל"ב (ראו בהמשך). אם אין אפשרות לכך נהלו את השיח בכיתה תוך התייחסות הן לאפשרויות של שי והן לקושי ולרווח בכל אפשרות:

אפשרויות לדוגמא: לדבר עם חבריו בכנות על כך שלא נהנה לשתות, להמציא תירוץ וללכת מן המקום ועוד.

בשקופית זו ניתן להשתמש בסל"ב- סולור בכיתה.

לחיצה על אייקון הסל"ב תאפשר לכלל הכיתה ליהנות מחוויה אינטראקטיבית ייחודית. הלוח יראה כך, עם השאלה לדיון: 'מה הוא יכול לעשות אחרת?'



- הגדילו והתייחסו לכמה שיותר פתקיות.
- בקשו שיסבירו את שכתבו בפתקיות.
- התייחסו לרעיונות שעולים ובקשו ממי שכתב שיסביר את הלך המחשבה שלו. מדוע חשב שכך כדאי לשי לפעול? מדוע חושב שהצעתו טובה? האם יש בה גם חסרונות? קושי? וכו'.

שקף 7

סקר עמדות לגבי אלכוהול ולחץ חברתי



בשקף זה מוצגים לתלמידים משפטים לגבי הקשר בין אלכוהול, חברות ולחץ חברתי. על התלמידים לסמן את שני המשפטים הנכונים ביותר לדעתם. המטרה היא לעורר דיון בכיתה לגבי תוכן המשפטים. אין משפט אחד שהוא נכון יותר או מהאחר. ניתן לקיים הצבעה בכיתה עבור כל אחד מהמשפטים או לא חובה.

יש לעודד דיון זה על ידי שאלות שאלות:

1. מדוע לדעתכם המשפט הזה הוא הנכון ביותר?
2. מדוע?
3. האם משפט זה תמיד נכון? מתי כן? מתי לא?
4. האם יש משפטים שהתלבטתם לגביהם? מדוע?

שקף 8

איך שומרים ונשמרים?



בשקף זה מוצגות לתלמידים ארבע דרכים המסייעות להם לשמור על עצמם בהקשר של שתיית אלכוהול ולחץ חברתי. לחיצה על ריבוע תפתח שאלה לדין לגבי יישום ההצעה.

לדוגמה: עוצרים בזמן. איך אתם מציעים לעשות את זה?

המטרה הינה לעודד חשיבה על היישום בפועל ולא להשאיר את העצה עמומה ולא קונקרטיית מספיק עבור התלמידים.

לסיכום ניתן לשאול את התלמידים האם יש עצה מסוימת שמדברת אליהם יותר מאחרות ולבקש מהם לשתף במשהו אחד שייקחו עצמם ממפגש זה.