

ערכת עבודה למורה – חומר טוב למחשבה...
עיבוד בכיתות עם תלמידים לאחר צפייה בתוכנית " חומר טוב למחשבה "
על סמים ואלכוהול בקולנוע :

אוכלוסיית יעד:
 תלמידים כיתות ז'-י"ב

מטרות :

1. הקניית ידע אודות שימוש בחומרים ממכרים והרחבתו.
2. מתן הזדמנות לבדיקת עמדות וערכים בנושא וגיבוש עמדה אישית ברורה.
3. חיזוק הכוחות של התלמיד בהתמודדות עם לחצים ומצבים חברתיים.
4. חיזוק הערך העצמי והאסרטיביות של התלמיד.
5. שיפור מיומנויות התלמיד בקבלת החלטות בתנאי לחץ ואי וודאות.

לאחר הצפייה בתוכנית :

ניסוח שאלות פתיחה המבררות את סדר יומה של הקבוצה : (על המורה / המנחה לנסות לברר מה הנושא / התימה המרכזית שעולה מהקבוצה)
שאלה : מה הסרט שהכי דיבר אליכם ?
שאלה : מה הדמות שהכי הכעיסה אתכם ? שהכי ריגשה אתכם ?
שאלה : איזה מחשבות עוררה בכם התוכנית ?
 לרשום על הלוח מה הנושאים המרכזיים לדיון. לאפשר לקבוצה לבחור מה ירצו ל"עבוד " היום ?

א. עיבוד הסרט " 13 " קטע ראשון (הגניבה).

הנושאים בהם ניתן לעסוק :

1. קבוצת השווים - הצרכים שממלאים בגיל ההתבגרות.
 2. לחץ חברתי ישיר ועקיף.
- ** הערה :** גם הסרט " משחק ילדים " (הקטע של הסירה) וגם " ילדי האלכוהול " מתאימים לעיבוד הנושאים הנ"ל.

א1. נקודות לקיום דיון :

- מה השפיע על ההחלטה של הנערה לגנוב ?
- מה היית עושה במקומה של הנערה ?
- ספרו על אירוע דומה שנחשפתם אליו ?
- האם נכון לערב הורים במקרה כזה או דומה ?

טבלה : (ניתן לעבוד לבד, בזוגות או בקבוצות דיון קטנות)

מחיר או הפסד	רווח	האפשרויות של הנערה ב-13 / הנער השמנמן בסירה

--	--	--

סיכום :

הדילמה אינה פשוטה. הבחירה בכל אחת מהאפשרויות גוררת אחריה מחירים. עם זאת היעדר פעולה ושיקול דעת מוטעה עלול לגרום להתדרדרות ערכית נוספת.

א2. תרגיל 1: לחץ חברתי – איך ניתן להתמודד ?

מוציאים שני תלמידים מחוץ לכיתה. על לוח או על בריסטול מציירים שלושה קווים שאינם שווים בארכם. חשוב שההבדלים באורך יהיו ברורים. אומרים לחברי הקבוצה שישאלו איזה קו הכי ארוך, כולם יענו שהקו הבינוני הוא הארוך ביותר. מכניסים את אחד החניכים שהיו בחוץ ושואלים אותו איזה קו הכי ארוך. סביר שיצביע על הקו שהוא אכן הארוך ביותר. שואלים את חברי הקבוצה (אחד אחרי השני) איזה קו לדעתם הכי ארוך, וכולם בעקבות ההנחיה המוקדמת מצביעים על הקו הבינוני. שואלים שוב את התלמיד שהוכנס ובדרך כלל רואים שהוא קצת מהוסס ומבולבל. לעיתים ישנה את דעתו בהתאם לדעת חברי הקבוצה ויצביע על הקו הבינוני. מכניסים את החניך השני ושואלים איזה קו הוא הארוך ביותר ? אחרי שהוא עונה שואלים שוב את הקבוצה בסבב. בדרך כלל החניך הראשון יישר קו עם הקבוצה ויצביע על הקו הבינוני. אפשר לשאול שוב את החניך השני ולראות אם הוא שינה את דעתו.

שאלות לדין :

תחילה יפנה המורה לתלמידים שהוצאו ויבקש שיתארו מה קרה ואיך הרגישו בסיטואציה ?
אחר כך יפנה לקבוצה כולה:
שאלה :מה בעצם קרה ?
שאלה :מה הפעיל את התלמידים בהתחלה ? מה אחר כך ?
שאלה :כיצד יתכן שאדם ישיב תשובה בניגוד למה שרואות עיניו ?
שאלה :באיזה מצבים בחיים אנו נתקלים בלחץ חברתי הגורם לנו לבצע פעולה בניגוד לערכים שלנו כיצד ניתן למנוע כניעה ללחץ חברתי ?
שאלה : מה ההבדל בין לחץ חברתי ישיר לעקיף ? מה יותר מסוכן ?
*הערה : ראה נספח א' בנושא לחץ קבוצתי וקונפורמיות.

א3. תרגיל 2: קבוצתי: קרה לי וקורה לי שאני נתון בלחץ חברתי

כל משתתף רושם לעצמו:
א. סיטואציה שבה היה נתון בלחץ חברתי שהביא לכניעתו.
מה היה אז הגורם המשכנע, שבגללו נכנע?
מה הרוויח מאותה כניעה?
מה הפסיד לאחר שנכנע?
ב. כל משתתף רושם לעצמו, (על פי אותן הנקודות) התייחסות לסיטואציה שבה היה נתון בלחץ חברתי מבלי להיכנע לו.

בקבוצות דיון קטנות :

כל משתתף בקבוצה ישתף את חבריו באירוע שבחר, והקבוצה תכין טבלה מסכמת:
 טור א' - הגורם המשכנע (כגון: להיות כמו כולם, פחד וכו').
 טוב ב' - ההפסד מהכניעה (כגון: נגרר, מגעיל, מובס, כועס וכו').
 טור ג' - הרווחים מעמידה בלחץ (כגון: עצמאי, מודע, טוב, מתגבר...)

3. דיון קצר במליאה : - מהן לחץ קבוצתי?

- אילו מצבים של לחץ קבוצתי הועלו ע"י המשתתפים?
- האם יש מצבים אופייניים בהם היו נתונים ללחץ קבוצתי?
- מהם הרווחים מעמידה בלחץ קבוצתי?
- מהם ההפסדים מהכניעה ללחץ קבוצתי?

לסיכום:

כל חברה יש לה ערכים משלה ונורמות משלה. אסור לנו לשכוח שכל חברה מורכבת מפרטים והם שיכולים וצריכים לקבוע את הנורמות והערכים. כל פרט יכול וצריך להביא לחברה את ערכיו ולשקול יפה את עמדותיו ודעותיו לפני שהוא "נכנע" בלי מחשבה ללחץ חברתי.
 עלינו לזכור שלטווח קצר - קול יותר להיכנע ללחץ הקבוצתי ולעשות דברים בניגוד לרצוננו זאת כדי להיות עם כולם, להיות שייך לחברה. אולם לטווח רחוק - עמידה על ערכים חשובה מאד, כי מלחמה עם עצמך, היא הרבה יותר קשה והפרט משלם עליה הרבה יותר ביוקר, מאשר בעמידה לפעמים כנגד החברה.

ב. עבודה על הסרט "יומן נעורים" ו"טראפיק":

שאלות הנוגעות בתוכן :

הקניית ידע אודות תהליך ההתמכרות :
סיבות לשימוש בסמים בקרב מתבגרים:

- חיפוש הנאה
- בילוי
- טקס מעבר מילדות לבגרות
- מקרב מבחינה חברתית
- לחוש חוויה חדשה
- להיות כמו כולם
- להפחית מתח וחרדה
- ביטוי למרד
- בדיקה עצמית
- הפגת שעמום
- להגביר מיניות
- פתרון בעיות אישיות
- להפחית כאב

שאלה : מה לדעתכם הסיבה המרכזית/ הסיבות המרכזיות לשימוש של השחקן הראשי בסמים ?
שאלה : מה לדעתכם הסיבות העיקריות לשימוש של בני נוער בסמים ?
שאלה : מהם האלטרנטיבות לשימוש בסמים ?
שאלה : מה המנבאים להתחלת שימוש בסמים ואלכוהול ? האם יש הבדל בין בנים לבנות ? אם כן, מהו ההבדל?
***האם יש הבדל במנבאים בין אלכוהול לסמים ?**
***הערה :** שאלה זו מעוררת דיון חשוב אודות שימוש באלכוהול כסם חוקי נורמטיבי. בני נוער לא תופסים את שתייתם כבעייתית. לא רואים שום דמיון בין שימוש בסמים ואלכוהול. חשוב להצביע על הדמיון הקיים ולהבליט אותו.

השאלה : האם ניתן היה לסייע לשחקן בשלב מוקדם יותר ואולי למנוע את ההתמכרות ? באיזה שלב כדאי היה להתערב ? מה ניתן היה לעשות ?

ג. עבודה על הסרט " ילדי האלכוהול ":
 הנושאים עליהם ניתן לעבוד :

- לחץ חברתי
- קבוצת בני הגיל
- מאזן רווח והפסד בשתיית אלכוהול
- שתייה מבוקרת

עבודה על מאזן רווחים והפסדים בשתייה אלכוהול בקרב בני נוער:

כותרת על הלוח : "אלכוהול שואב אותך לתחתית "
שאלה : מה דעתכם על הכותרת ?
שאלה : מה הדברים ששואבים בני נוער לשתייה ?
שאלה : מה הנימוקים בעד / נגד השימוש באלכוהול ?
שאלה : למה הכוונה "תחתית" ? מה התסריטים האפשריים בתחתית ?

שאלות הנוגעות בתהליך : (ב"כאן ועכשיו " של הקבוצה)
שאלה : האם היה בסרט משהו שהפתיע אתכם ?
שאלה : מה הרגשתם שצפיתם בסרט ?
שאלה : איזה מחשבות עברו לכם בראש תוך כדי הצפייה ?

כתיבה ועריכה : הדס לוי עו"ס , מנחת קבוצות M.A בייעוץ ארגוני.

מנחה ומלווה מקצועית בתוכנית :
" חומר טוב למחשבה ... על אלכוהול וסמים בקולנוע "
צוות אופקים בע"מ <http://www.z-ofakim.co.il>

נספח א'

מתוך אתר שפ"נט / משרד החינוך
ערכה: מינה פנצר

לחץ קבוצתי :

לחץ קבוצתי הוא "מצב חיים" התפתחותי, המודגש בגיל ההתבגרות, אך מוכר לכל אורך החיים. מוכר סביב תופעת העישון, השימוש לרעה בחומרים, ה"רולטות" למיניהן...

רקע: קונפורמיות = היא תוצר של עימות בין אמונות ועמדות של הפרט לבין אלה של הקבוצה. האדם הקונפורמי נכנע ללחץ קבוצתי. עצם ההתנהגות התואמת את זו של הרוב איננה מבטאת קונפורמיות, בהכרח.

אנטי-קונפורמיות שיטתית, כאשר מתבגרים מחליטים באופן קבוע וללא שיקול דעת להתנהג ולהאמין באופן הפוך מבטאת ניסיון להיות עצמאיים, אך כאשר זה הופך לדפוס התנהגות – זהו בעצם דפוס קונפורמי. הניסוי של אש 1956 על קונפורמיות. בתחילת גיל ההתבגרות מגיעה לשיאה הקונפורמיות, והיא יורדת עם העלייה בגיל.

זאת הסיבה שהילדים דואגים להיראות ולהתנהג "כמו כולם". חשוב להם מאוד לא להיות יוצאי דופן. עובדת היותם כמו האחרים מקנה להם מידה של ביטחון, בגיל שבו מתחילות השאלות על הזהות עצמית להטריד. ככל שעולה הגיל והביטחון העצמי, קל למתבגרים לעמוד ביתר הצלחה מול הלחץ הקבוצתי.

בניסוי של אש, נראה כי קונפורמיות קשורה לחוסר ביטחון. קב' הגיל מעניקה לחבריה תמיכה רגשית חשובה ביותר, ובעבור תמיכה זו מוכן המתבגר לקבל את השפעותיה, דבר העלול להגביר קונפורמיות. אדם חופשי מקונפורמיות, ישקול כל מקרה לגופו ויחליט באופן עצמאי לגבי תגובתו או עמדתו, ללא כניעה ללחץ קבוצתי.

תחומי ההשפעה של הקבוצה על היחיד הם: תפיסה ושיפוט, עמדות.

מאפייני מצב המעודד קונפורמיות:

1. **סיטואציה רב-משמעית** = עמומה..... ["אינני מבין בנושא, אך ייתכן שאחרים כן מבינים, על כן החשש שאטעה קטן יותר אם אסכים איתם....."] במתמטיקה – תלמיד שאינו בקיא בחומר מאמץ בלא היסוס את התשובה שניתנה ע"י אחרים בכיתה, ומוותר על התוצאה שקיבל ע"ס חישוב שעשה בעצמו.
2. **הפומביות של ההחלטה** - הצורך להביע עמדה או להתנהג בפומבי, לעיני הקבוצה כולה. אם לכיתה לדון על נושא החשוב לה, כאשר נראה שמסתמן פתרון המקובל על הכל, אפשר: לבקש מכל תלמיד שיקום ויאמר במי הוא בוחר. לבקש לכתוב על פתקים אנונימיים. צפוי שבבחירות הפומביות, תהיה פחות שונות ויותר התמקדות סביב קונסנזוס כיתתי שהושג, לעומת ההעזה בהבעת דעות שונות שתשתקף בפתקים האנונימיים.

3. **כלפי קבוצת ההשתייכות:** קיימת קונפורמיות רבה כלפי קב' הנתפסת כחיובית, כאהודה, כבעלת סטטוס, כמבינה בנושא, כלפי קב' השתייכות או כלפי קב' שמעוניינים להשתייך אליה. תלמיד חדש המעוניין להתקבל כחבר בקבוצה יהיה קונפורמי יותר משאר חבריו, ואילו התלמיד המחונן, החש תסכול, ישתדל להתבלט בשנותו ע"י אי-הסכמה עם דעת הרוב.
4. **מידת ההסכמה בקב':** כאשר קיימת תמימות דעים כללית בין כל האחרים, קשה להביע דעה מנוגדת. אך כאשר ישנו חריג, ואפילו אחד – קל יותר לפעול בעצמאות ולעמוד בלחץ הקבוצתי. התופעה מוכרת ברמזור אדום. כשהקהל כולו עומד ומחכה לירוק, לא נעים להיות היחיד שיעבור. אך כאשר יש אחד המעז לשבור את הנוסחה של הקבוצה המקרית שנוצרה על המדרכה, יהיו כמה אנשים שילכו בעקבותיו.
5. **אישיות היחיד:** התכונות המאפיינות את הטיפוסים הקונפורמים: בעלי יכולת נמוכה יחסית, כוח-אגו חלש למדי וסמכותיות גבוהה, מתקשים לרסן דחפים ולעמוד במצבים מעורפלים. אינם מוכנים כ"כ ליטול אחריות, פחות ספונטניים ופחות יצירתיים, נוטים להאמין באמונות טפלות, מחשיבים מאוד את הערכת החברה ואת ערכיה המקודשים, נוטים להתייחס להוריהם בדרך אידיאליסטית.
6. **לכידות הקבוצה:** ככל שהקבוצה מלוכדת יותר, כך רב יותר כוח השפעתה על חבריה. קב' כזו יכולה להציע תמיכה לחבריה, אך היא גם דורשת מידה רבה יותר של כניעה לנורמות שלה.