

פעילות מניעה בנושא שתיית משקאות אלכוהוליים למחנכי כיתות

מערך 2

האם לפנות לקבלת עזרה במצבי מצוקה ולמי? - מיועד לכיתות ח'-'י'

מטרת הפעילות: להגדיר ולהגדיל בקרב התלמידים את החלופות לפניה לקבלת עזרה במצבים בהם בני-נוער נמצאים במצוקה על רקע שתייה של משקאות אלכוהוליים

לפני שמתחילים

שתייה של משקאות אלכוהוליים בקרב בני-נוער תורמת, לא פעם, להיווצרותם של מצבי סיכון שעלולים לגרום למצבי מצוקה ואף לפגיעה ממשית. שתייה לא מבוקרת של משקאות אלכוהוליים יכולה לגרום לפציעות, להתנהגות אלימה כולל פגיעה מינית, לתאונות דרכים ולאובדן הכרה עד לכדי הפסקת נשימה. רבים מבני הנוער אינם מודעים לנזקים שעלולים להיגרם בעקבות שתיית המשקאות האלכוהוליים והם נמצאים בסיכון גבוה יותר להיפגע לאחר שתיית משקאות אלכוהוליים. בפעילות זו התלמידים ידונו במצבים בהם קיים צורך לפנות לקבלת עזרה והם יבחרו בחלופה שנראית להם המתאימה ביותר בכל אחד מהאירועים.

זמן הפעילות: שעה וחצי

10 דקות: פתיחה

20 דקות: דיון בקבוצה הקטנה לגבי האירוע

50 דקות: דיון על כלל האירועים במליאה

10 דקות: סיכום

עזרים:

1. כתבה על אירוע המוות של דויד אברמוב

2. כרטיסיות עם תיאורי מקרה

מהלך הפעילות:

1. לפתוח את המפגש בקריאת הכתבה על מותו של דויד אברמוב משתיית יתר של אלכוהול לאחר התערבות עם חבריו. לאחר קריאת הכתבה, דונו עם התלמידים האם אירוע כזה עלול להתרחש גם בקרב קבוצת החברים שלהם? כמו כן, האם החברים של דויד היו יכולים להציל אותו? (הכתבה בעמוד הבא)

2. להגדיר את מטרת המפגש : " במפגש זה ננסה לבחון מתי יש לפנות לקבלת עזרה ומה האפשרויות הקיימות"
3. לחלק את תלמידי הכיתה לקבוצות של 4 תלמידים ולתת לכל קבוצה תאור אירוע עם שאלות מכוונות (ראו נספח)
4. לדון במליאה לגבי כל אירוע ואירוע ולבדוק האם לדעתם מקרים מסוג זה עלולים להתרחש גם בקבוצת החברים שלהם?
5. לבדוק עם התלמידים מהם המחסומים שיש להם הפנייה לקבלת עזרה וכיצד ניתן להתגבר עליהם.
6. לקראת סוף המפגש ניתן לעשות סבב בין התלמידים ולבקש מכל אחד מהם לציין לאיזה אדם מבוגר הוא היה פונה או מתקשר במידה והוא או אחד מחבריו היה נתון למצב מצוקה?. לדוגמה: הורים, אבא, אימא, אח גדול, מורה, יועצת, קו מצוקה טלפוני, מדריך בתנועת הנוער, קרוב או קרובת משפחה וכדו.
7. עודדו את התלמידים לפנות אליכם או ליועצת בית הספר במידה והם מתלבטים מה לעשות כאשר הם או חבריהם נתונים במצב מצוקה כלשהו.

היום הובא למנוחות דוד אברמוב בן ה-17 ששתה אלכוהול עד מוות מי שהיה שם בחדר ברגעים הקריטיים הוא חברו הטוב סרגיי: "התקשר אלי חבר ואומר לי שדוד במצב קשה ושאני ארוץ לשם. טסתי לשם, חשבתי שהוא הקיא, לא ידעתי שהוא בלי הכרה. כשהגעתי מצאתי אותו על הרצפה בשירותים מחוסר הכרה. לפני זה הם ישבו בחדר ושתו קוניאק או ברנדי. דוד (הנער שמת) אמר שמה שהם שותים זה הכול שטויות, ושהוא יכול לשתות ליטר וויסקי בלי שיקרה לו כלום. בקיצור הוא התערב על 400 שקל שהוא ישתה את כל הוויסקי, הוא שתה את הבקבוק תוך שניות. החברים אמרו שזה היה פחות מ-20 שניות. אחרי זה אמרו לו ללכת להקיא, הוא קם לשירותים להקיא, מלמל משהו, ונפל כשחבר אחר מחזיק אותו. הוא נפל מיד על הידיים שלו".

חבר של דוד מפרט את האירועים שקרו מייד לאחר מכן: "דבר ראשון אמרתי להם להוציא אותו החוצה כי צריך להזמין אמבולנס, אבל הם (החברים) לא הסכימו. בזבזנו הרבה זמן על הוויכוח הזה, היו כאלה שפחדו להסתבר, היו כאלה שאמרו שהוא סתם ישן. בסוף אמרתי לחבר שלי לא מעניין אותי, תזמין אמבולנס. בינתיים החברים הרימו את דוד ולקחו אותו לכביש, ואני רצתי לשער כדי להוביל את האמבולנס. לקח לו המון זמן להגיע. עליתי איתו לאמבולנס, גם הנסיעה לקחה הרבה זמן. בזמן הנסיעה לא עשו לו כלום. כשהגענו לבית החולים ואמרתי שהוא שתי ליטר וויסקי, אחרי כמה דקות הגיע אח שניסה לבדוק לו דופק ולחץ דם. הוא ניסה כמה פעמים ואז אני רואה שדוד בצבע ירוק ולא נושם. השפתיים והלשון שלו שחורים. לקחו אותו לטיפול נמרץ. זמן קצר אחר כך: אמרו לנו שהוא קיבל 8 ניסיונות החייאה. שהלב שלו חזר לפעול, אבל המוח מת".

תגובת מד"א: "האמבולנס הגיע למקום בתוך 7 דקות מרגע קבלת הקריאה והצוות פעל במקצועיות ועל פי כל הנהלים בהתאם לנסיבות המקרה". מהמרכז הרפואי "שערי צדק" נמסר: זמן קצר לאחר הגעתו אירע דום לב, עבר החייאה ואושפז ביחידה לטיפול נמרץ. רמות האלכוהול הגבוהות מאד בדמו, הכשל הרב מערכתי והמהלך עד לפטירתו, לאחר שבועיים, מעידים כולם על מוות שנגרם כתוצאה משתיית אלכוהול בכמות גדולה בזמן קצר. אנו משתתפים בצער המשפחה".

אירוע מס' 1

גלית בכיתה ט' וגיא מכיתה י"א חברים מזה חצי שנה. ביום שלישי האחרון גיא הודיע לגלית שהוא עוזב אותה. גלית שהתקשתה לקבל את הבשורה לא הגיעה לבית הספר למחרת. לאחר שיחות עם חברותיה שניסו לשכנע אותה "שזה לא סוף העולם" ושגיא "לא שווה אחת כמוה", הן חייבו אותה לצאת איתן למסיבה ביום שישי כדי לצאת מהדיכאון. גלית הסכימה ללכת למסיבה ובמהלכה היא שתתה משקאות אלכוהוליים (לא פעם ראשונה) עד כדי ערפול חושים.

מדוע לדעתכם גלית שתתה?

האם לדעתכם היא זקוקה לעזרה של אדם מבוגר?

האם הייתם מתקשרים להורים שלה למרות שהיא לא רוצה בכך?

אירוע מס' 2

דן תלמיד כיתה י' בכיתה מצוינות. השנה עליו לגשת לארבע בגרויות. לדן חשוב לקבל ציונים גבוהים (כמו לכל תלמיד אחר). עם זאת, בניגוד לאחרים דן שיתף אתכם שלפני המבחנים הוא נוהג לשתות וודקה כי זה מרגיע אותו ועוזר לו להתרכז.

מה הציפיות שלו מהמסקה?

האם לדעתכם דן זקוק לעזרה?

מה עליכם לעשות?

האם לדעתכם עליכם לשתף אדם מבוגר, אם כן, את מי?

אירוע מס' 3

תומר תלמיד כיתה י'. לאחרונה מגיע עייף לבית הספר, לא מרוכז בלימודים ומאבד עניין בסדנת הקולנוע בה הוא משתתף. כמה מידידותיו הבחינו שמשוה לא כשורה עם תומר.

רונה החליטה לשוחח עם תומר. התברר שלאחרונה הוריו של תומר נמצאים בהליכי גרושין ונמאס לו מכל המריבות בבית. על מנת לא להתמודד עם המחשבות והמועקה שהוא מרגיש בגלל המצב, הוא נוהג לשתות אלכוהול לפחות פעמיים בשבוע וגם לפני השינה כי זה עוזר לו להירדם.

מה הציפיות של תומר מהמסקה?

האם לדעתכם תומר זקוק לעזרה?

במידה ותומר לא מעוניין לדבר על הנושא, גם לא איתכם, האם לדעתכם צריך לפנות לאדם מבוגר. במידה וכן, למי הייתם פונים?

אירוע מס' 4

אוהד ותום בסוף כיתה ט' גילו לאחרונה את האלכוהול והם נוהגים לארגן אלכוהול כמעט לכל אירוע - מל"ג בעומר ועד למסיבות ומפגשים חברתיים. הם גם אלו שדואגים לארגן את הכסף. לאחרונה הם אפילו זייפו תעודות זהות על מנת לקנות אלכוהול באופן חופשי.

באירוע האחרון שהתקיים בביתו של רועי הם ממש הגזימו. אוהד שהיה שיכור הלך מכות עם רועי ואיים עליו עם שברי בקבוק שידקור אותו. רק לאחר התערבות החברים, אוהד ותום הסכימו לעזוב את המקום.

מדוע לדעתכם אוהד ותום עסוקים בארגון האלכוהול?

האם לדעתכם יש להם בעיה?

במידה והחברים לא היו מתערבים, האם לדעתכם אוהד היה דוקר את רועי?

לדעתכם, לאור האירוע האם יש צורך לידע אדם מבוגר על מה שהתרחש?

אם כן, למי הייתם מדווחים על מה שקרה?

הערה:

- חשוב להתייחס לעובדה שמדובר בשתייה בעייתית. בני הנוער באירועים אלו משתמשים במשקאות האלכוהוליים בכדי להתמודד עם רגשות קשים כגון מועקה, כאב, פחד, דאגה לחץ וחרדה.
- עודדי את בני הנוער לתמוך רגשית בנער מחד אך לפנות לקבלת עזרה לגורם בוגר מנגד. לבני הנוער כוונות טובות, אך הם חסרי ידע וניסיון בפתרון בעיות ומשופעים משיקולים לא רלוונטיים.
- יש לסכם את המפגש במתן שמות של מקומות אליהם ניתן לפנות כאשר נתקלים בקושי או בעיה. חשוב שמקורות העזרה יהיו רשומים על דף כולל מספרי טלפונים. מקורות עזרה יכולים להיות: מחנכת הכיתה, יועצת בית הספר, רכזת שיכבה, מנהלת או כל דמות חינוכית שהנערה/מרגישים אמון לפנות. מרכז מידע לנוער בעיר המגורים, הורים, מדריך חברתי בתנועת הנוער, עמותת אל-סם, קווי עזרה טלפוניים או כל גורם בקהילה שיכול לתמוך ולייעץ.