

"הסכמה חופשית" במפגש מיני

שיעור כפול לתלמידי ותלמידות כתות י"א ו"ב

למדריך, למדריכה, למחנך ולמחנכת,

השיעור שלפניך נכתב כעבודת סיכום לקורס בנושא "מגדר וחברה", על ידי מחנכות ומחנכים מתנועת "דרור ישראל", במסגרת בית המדרש למורי עם, בליווי ד"ר עליזה פרנקל מבית ברל.

כנשים וכגברים שהתבגרו בחברה הישראלית, מתוך חיי היומיום החינוכי שלנו, וביתר העמקה במסגרת קורס "מגדר וחברה", התבהרה לנו ההבנה כי קיים חוסר מהותי וצורך עמוק ביצירת כיוון חינוכי שימושי לחינוך בני הנוער למיניות טובה ורצויה.

לצד הבנה זו דרושות תקווה ואמונה שבכוחה של פעולה חינוכית שכזו להיות בעלת השפעה מכריעה על שינוי דפוסי המגדר והמיניות הקיימים; המקבעים ומדכאים את היחידות, את היחידים ואת החברה כולה.

יהיה לנו הכבוד אם ייעשה שימוש בשיעור במלואו או בחלקים ממנו.

ניתן להפיצו באופן חופשי לכל מי שיעשה בו שימוש ראוי.

נשמח כמובן גם לפידבקים על השיעור לפני ואחרי העברתו.

בהצלחה! (לכולנו)

מרכז הדרכה דרור בתי חינוך - dronet.org.il

ליצירת קשר: ella@dronet.org.il

"הסכמה חופשית" במפגש מיני

שיעור כפול לתלמידי ותלמידות כתות י"א ו"ב

למדריך ולמדריכה:

בהרצאתה "מיניות ומגדר", מתמצתת ד"ר נלי שטיין את מערכת הדיכוי החברתית והפסיכולוגית בתוכה אנו מתקיימים אשר אחראית על תהליך ההבניה החברתית של המיניות הגברית והמיניות הנשית:

"...התיאוריה של ההבניה החברתית טוענת שמיניות, חוץ מהיותה דחף ביולוגי או בלתי נמנע, טבעי ו'נורמאלי', מובנית חברתית. כלומר, מעוצבת, נשלטת וחשופה להתפתחויות או לנסיבות פוליטיות, כלכליות וחברתיות.

בתפקידי מין אנו מדברים על התנהגויות, אינטרסים, יכולות, ערכים ותפקידים המיוחסים לאדם על בסיס המין שלו, מתוך ההנחה שפרטים החולקים את אותו מין ביולוגי הם גם שותפים לאותם ערכים. Bem (1981) קראה לתהליך היוצר תפקידי מין 'הטפסה מינית' – Sex Typing. הכוונה לתהליך בו מצופה מבנים ומבנות לרכוש ולהפנים תפיסה עצמית ותכונות אישיות האופייניות למינם הביולוגי לפי תפיסת התרבות בה הם חיים.

על-פי Eichler (1980) חיברות תפקידי המין הוא למידה שיטתית של הסטנדרט הכפול. נשים וגברים לומדים איזו התנהגות הולמת עבור מינם. דרך מערכת מורכבת של פרסים ועונשים עבור התנהגות קונפורמית לומדים שני המינים איזו התנהגות היא רצויה והם לומדים לציית לסטריאוטיפים אלו.

מתבגרים סופגים מסביבם ציוויים נורמטיביים המבטאים אידיאולוגיות מגדריות רווחות ומקשרים אותם להבנה של גבריות ושל נשיות. כלומר, הם מגבשים דעה המתייחסת לאיך נשים וגברים צריכים להתנהג ואיך הם עצמם היו רוצים לעשות זאת.

הציר המרכזי של מיניות גברית למול זו הנשית שונה במהותו. אם עבור נערים הנושאים הרלבנטיים סביב מיניותם המתפתחת הן שאלות הקשורות להתנסות, אומץ לב והצורך להוכיח את גבריותם המתהווה הרי שעבור נערות הציר המרכזי הוא הצגת המיניות כמסוכנת, מתן אזהרות לגבי ניצול מיני, דאגות סביב אמצעי מניעה והצורך בהגנה עצמית.

בנוגע למיניות של הנערה הרי שזו הופכת בגיל ההתבגרות למשאב מרכזי המשמש כאמצעי חליפין בוויסות יחסי הגומלין עם סביבתה לצד משאבים אישיים אחרים. בגיל ביה"ס היסודי משאב זה עדיין אינו מרכזי, והיא רשאית להבליט משאבים אחרים כגון היכולת האינטלקטואלית, החברתית והספורטיבית. בגיל ההתבגרות משאב המיניות נתפס כמרכזי גם על ידה וגם על ידי סביבתה. במיוחד אם זו סביבה מסורתית יותר בדפוסייה, פטריאכלית ושמרנית..."

על פי ד"ר שטיין וחוקרים נוספים, ההתנהגות המינית של האינדיבידואלים מייצגת ומשמרת דפוסים מגדריים של סטנדרט כפול המציב מערכת ציפיות ודרישות מגברים ומנשים להתנהגות מינית שמהותה ומטרותיה שונות ואף הפוכות.

בבואנו לקיים שיח עם תלמידי ותלמידות התיכון על מין ומיניות רצויים, אנו רוצים לחשוף את ההבניה החברתית הזו אשר מהווה מנגנון דיכוי ושימור הפועל הן אישית עליהם והן על החברה כולה, זאת על מנת לתת לבני ובנות הנוער כלים אישיים וחברתיים לבקר את הבנייה חברתית זו, למרוד בה ולהציב לה חלופה משוחררת מכבלי דיכוי ועשירה ככל הניתן באופציות התנסות חיוביות ורצויות לשני המינים.

שימו לב: ניתן לבחור למקס את שיעור זה או כראשון במערך השיעורים על מיניות רצויה וכך להציב את הדימוי הנעים והראוי של **מין בהסכמה חופשית** כאידיאל שממנו מתחילים ורק אחריו עוברים לדימויים הרעים והקשים הרווחים כל כך בתרבות שלנו, או למקס אותו רק אחרי שהחניכים והחניכות כבר הכירו וביקרו יחד את עולם יחסי המין במצבים של כפייה (אונס) ו**חוסר הסכמה** כדוגמת מין תחת איום, סחיטה או מניפולציה או במצבים של חוסר קבילות ההסכמה כמו תחת השפעת אלכוהול או סמים.

בשיעור זה נעסוק ביחסי מין אשר כל המשתתפים בהם נכנסים אליהם מבחירה אישית שלא מופעלים עליה לחצים גלויים.

בשיעור נגדיר יחד את המושגים "הסכמה", "רצון" ו"הסכמה חופשית" ונמקס אותם ככלים להכרת עצמינו בתוך סיטואציה מינית ולבחירת המניעים האוטנטיים שלנו לקיום מפגש מיני.

מטרות על:

1. הקטנת ממדי הלחץ המופעלים על בני הנוער לקיים מגע מיני כאשר אינו מונע מתוך הסכמה חופשית של כל המשתתפים.
2. מתן כלים לבני הנוער לקיום מפגשים מיניים משוחררים עד כמה שניתן מכבלי כל דיכוי.

מטרות:

1. המשגת המושג "הסכמה" והכרה בכך שהמושג בפרט והיחס למין בחברה שלנו בכלל, מייצרים תפקידים מגדרים כובלים לבנות ולבנים (כמו גם נוצרים על ידי תפקידים מגדריים אלה) ומהווים גורם דיכוי בחיי היחידים והיחידות.
2. המשגת המושג "הסכמה חופשית" ויצירת דימוי לדמותו החיובית והרצויה של מפגש מיני המתקיים בתוך הסכמה חופשית.
3. העברת מסר שמין טוב כרוך בשיחה ודיאלוג מתמידים. אפשר, כדאי ורצוי לדבר על מין לפני, תוך כדי ואחרי בין בני זוג, עם חברים וחברות, עם אנשי חינוך ומבוגרים נוספים ועוד.

למדריך ולמדריכה:

אנו נמשיג בשיעור את המושגים כך:

"הסכמה" – העתרות או הצטרפות להצעה או דרישה של מישהו אחר גם אם אינה הולמת את רצוני האישי האוטנטי (נאמן לעצמו) מתוך מערכת שיקולים או לחצים חיצוניים ו/או פנימיים.

"רצון" – ביטוי מודע (אפילו רק בפני עצמי) של תשוקות או מאוויים הנולדים מתוך מקום פנימי ואוטנטי (נאמן לעצמו) ולא כפופים להשפעות או השלכות חיצוניות.

"רצון הדדי" – רצון משותף לשני אנשים.

"הסכמה חופשית" – בחירה משותפת בפעולה שנובעת מתוך רצון הדדי עליו התקיים דיאלוג מפורש שכל מרכיביו גלויים. ניתן להגדיר ולשנות את מרחביה וגבולותיה בכל רגע נתון.

התלבטנו ארוכות בשאלה איזה מושג יהיה נכון ככלי לבני הנוער לתיאור התהליך המוביל אל המפגש המיני הרצוי. למרות הסכנה בבלבול שעלול להגרם בשל השימוש במושג אשר מכיל בתוכו את המילה "הסכמה", בחרנו להשתמש במושג "הסכמה חופשית" בשיעור משום שהוא הומשג על ידי **מרכז הסיוע לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית** שעוסק בחינוך והסברה לאותו התוכן בדיוק, ונראה לנו חשוב לייצר שפה אחידה עד כמה שניתן בכל מקום הנכון לעמוס על עצמו את אתגר השיח עם בני ובנות הנוער על מצוות ה"עשו" של המין והמיניות ולא רק על מצוות ה"לא תעשו".

חלק א' – הסכמה

1. אמרו לפתיחה:

בשיעורים הקודמים דיברנו על תקיפות ופגיעות מיניות ועל כל מה שכלול בקיום יחסי מין שאינם בתוך שדה ההסכמה הלגיטימי. בשיעור היום נשוחח דווקא על יחסי מין לגיטימיים לחלוטין אשר מתקיימים כאשר כל המשתתפים בוחרים באופן צלול ומודע לקיים יחד מפגש מיני.

אנחנו נדבר בשיעור על רמות שונות של בחירה במפגש המיני וננסה לתת כלים למפגש מיני שכל המשתתפים בו נכנסים אליו ממקום אישי אותנטי (נאמן לעצמו).

2. **המשגת הסכמה** – חלקו לכל שני חניכים דף ועט ובקשו מהם לכתוב יחד הגדרה למושג "הסכמה". אם החניכים מתקשים בביצוע המשימה, עזרו להם על ידי למקם את המושג "הסכמה" בתוך משפטים שונים כמו:

"אמא ביקשה שאסדר את החדר והסכמתי למרות שהתכוונתי לעשות משהו אחר"

"יובל הציע לנועה חברות והיא הסכימה"

"גיל ושני הסכימו לחכות לליאם עד שהיא סיימה ללמוד למבחן ורק אז הלכו למגרש"

בקשו מהחניכים להקריא את ההגדרות שלהם וכתבו על הלוח מושגים מרכזיים שחוזרים על עצמם בהגדרות השונות.

אם סך הדברים שעולים מהגדרות החניכים לא מספיק, ניתן לתלות על הלוח את ההגדרה הבאה (נספח א'):

הסכמה – העתרות או הצטרפות להצעה, יוזמה או דרישה של מישהו אחר גם אם אינה הולמת את רצוני האישי האותנטי (נאמן לעצמו) מתוך מערכת שיקולים או לחצים חיצוניים ו/או פנימיים.

3. דיון:

– לפי המשגות שהעלינו כאן, הסכמה זה טוב או רע? למה?

נסו להסביר את עמדתכם בעזרת הדוגמאות:

"אמא ביקשה שאסדר את החדר והסכמתי למרות שהתכוונתי לעשות משהו אחר"

"יובל הציע לנועה חברות והיא הסכימה"

"גיל ושני הסכימו לחכות לליאם עד שהיא סיימה ללמוד למבחן ורק אז הלכו למגרש"

– מה ההסכמה משקפת? מי מרוויח ממנה? למה?

– איך זה מרגיש- להסכים? זאת חוויה טובה? אני נהנה מהתוצר שלה? זה מרגיש אותנטי?

– אילו דברים אתם מסכימים לעשות בחיים שלכם אבל הייתם מעדיפים לא לעשות אם זה היה רלוונטי? אז למה אתם מסכימים לעשות אותם בעצם?

למדריך ולמדריכה:

אנחנו "מסכימים" להרבה דברים בחיים שלנו, לא כל דבר שאנחנו עושים הוא תולדה של רצון אותנטי, זה חלק מהחיים בחברה ולא על אי בודד בו אדם לא צריך לתת דין וחשבון לאף אחד מלבד עצמו, ולכן זה לא רק דבר רע. לדוגמא לעשות משהו שאני לא הייתי רוצה לעצמי כי אני מרגיש אחריות על מישהו אחר זה גם דבר טוב. השאלה היא מה סוג ההשפעה וההקשר בו מתרחשת ההסכמה והאם הוא חיובי או שלילי.

בני ובנות הנוער חווים על בשרם הרבה מאוד חוויות כאלה של הסכמה, מתוך הכרה בתשלומי המחיר שיש בלא להסכים או ב"שכר" שמקבלים כשמסכימים. לדוגמא: החניכים הולכים לבית הספר בדרך כלל מתוך הסכמה ולא מתוך תשוקה עזה ללימודים. הבחירה ללכת לבית הספר נובעת מתוך ההכרה בכך שתעודת הבגרות היא "כרטיס כניסה" לתפקיד שאני רוצה בצבא, למקצוע שאני רוצה לעסוק בו או אפילו פשוט תנאי הבסיס לקבלה חברתית. החניכים עלולים לטעון שהם הולכים לבית הספר כי הם חייבים או כי מכריחים אותם, אולם עליכם המדריכים לעזור להם לפרק את הדימוי הזה לחלקים ממנו הוא מורכב כדי שיכירו בכך שמדובר גם בבחירה שלהם המונעת מתוך הסכמה לכללי החברה. בפועל אף אחד לא כופה או מאלץ אותם לשום דבר.

4. אמרו:

הסכמה זה לא דבר טוב או רע מוחלט, זה פשוט חלק מהחיים בחברה. להרבה דברים שאנחנו מסכימים או לא מסכימים לעשות יש תוצאות חיוביות או שליליות על החיים שלנו. הסכמה היא בחירה אינדיבידואלית עצמאית (שזה כבר דבר טוב) והיא משקפת תוצאה של משא ומתן שכל אחד מאיתנו עושה עם עצמו בראש. אנחנו אולי לא רוצים באופן אותנטי ללכת לבית הספר אבל אנחנו מבינים שתשלומי המחיר על לא ללכת יפגעו בנו יותר מאשר להסכים ללכת – אז אנחנו בוחרים ללכת (בדרך כלל...).

עכשיו לאחר שבררנו את המושג הסכמה, אנחנו נשאל את עצמנו על מקומו ומהותו של המושג הזה בתחום יחסי המין.

חלק ב' – תפקידי המגדר ביחסי מין

5. שאלו:

- מה זה אומר הסכמה ביחסי מין? מי אמור להסכים למי ולמה?
- מה זה מקדם? איפה זה עומד מול חוסר הסכמה במין?

6. אמרו:

בואו נבחן לרגע איך נראה המפגש המיני בין גברים לנשים לפי הדימויים החברתיים בהם אנחנו חיים

7. הסכמה במין: יחסי הכוחות המגדריים – הקרנת סרטון היוטיוב "השפעת תפקידי המגדר החברתיים על המפגש המיני" המציג מפגשים בין גברים לנשים בהם הגבר רוצה והאישה נותנת את הסכמתה, הגבר ככוחני והאישה כחלשה, דמויות מוכרות שנחשבות לגיבורי תרבות ומציגות תמונה חד ממדית של התפקידים המגדריים במפגש המיני בין גברים לנשים כדוגמת גיימס בונד...

קישור לסרטון: <https://www.youtube.com/watch?v=KyIrwV1Cnkk&feature=youtu.be>

8. **דיון:**

- מה ראינו בסרטון? מה משותף לכל הדימויים האלה?
- מה מצופה מהגברים ומה מצופה מהנשים בבואם למפגש מיני אחד עם השני?
- מי אמור להנות מהמפגש המיני בין גבר לאשה? (אם שניהם אז למה אשה רק נותנת את הסכמתה ולא נגיד מציעה, מתחילה, מתלהבת...?)
- אתם מרוצים מהדימוי הזה? הוא בסיס טוב ליחסי מין בעיניכם? למה? מה חסר בו?

למדריך ולמדריכה:

אנחנו עושים כאן פעולה תודעתית מאוד מאוד לא פשוטה, אחרי שכל החיים מדברים עם החניכים על הקווים האדומים של מין ועל מה אסור לעשות - **מין שאינו בהסכמה**; אנחנו מנסים לייצר דימוי חדש למה **כן** לעשות. במלאכת ההמסה של המושג "הסכמה", אנחנו בעצם יוצרים סדקים ראשונים (וחלוציים למול המסרים החברתיים הקיימים) בדימוי של מה זה מין, למה הוא נועד ומי אמור להנות ממנו.

עד כה, כל הדימויים שלהם למין נשענים על יסודות פטריארכליים ודכאניים, לפיהם הגבר/נער צריך תמיד לחזר, תמיד צריך לרצות, תמיד צריך לשכנע, צריך לדעת לבד מה עליו לעשות ואסור לו לבטא פחד או חוסר בטחון והאשה/נערה יודעת שיכאב לה, לא מצפה שיהיה לה נעים, צריכה "לוותר" על משהו מעצמה, צריכה להסכים "ללכת עד הסוף" כדי לבטא את אהבתה שאין בה סייג... עבור שני המינים הדימוי למפגש המיני (לפחות בפעמים הראשונות) הוא שפשוט צריך לעבור את זה.

סביר ביותר שהשיחה לא תהיה קלה, ההתבוננות הביקורתית על המציאות הקיימת היא מיומנות שלוקח זמן לפתח ולאמן והיא מצריכה הכוונה וסבלנות. תתכן התנגדות של החניכים שיאמרו "בחיים האמיתיים זה לא ככה" למשל, או "אני מכיר בנות שמתחילות עם בנים", יש לאמירות הללו מקום. המטרה העליונה שלנו היא ליצור דימוי חדש לכיצד יכול להראות מפגש מיני מהנה לכל המשתתפים בו, זאת על ידי פירוק הקבעונות בתפקידים המגדריים, ניתן לרתום את האמירות המתנגדות דווקא כדי לרומם את האופציה של מציאות אחרת וטובה יותר.

על מנת לאפשר סביבה בטוחה יותר לשיחה ולייצר כר נח יותר לתהליך ההשתנות של החניכים והחניכות, מהשלב הזה בשיעור ועד סופו נתפצל לקבוצות נפרדות של בנים ובנות, בהן אנחנו סבורים שיהיה קל יותר לדבר ולחשוף את הייחודי (השלילי והחיובי) שבכל קבוצה מגדרית בחברה.

את קבוצת הבנות תדריך מדריכה ואת קבוצת הבנים ידריך מדריך. השיחה לא תוכל להתבצע בשום פנים עם מדריך או מדריכה מהמין השני.

חלק ג' – הסכמה חופשית זה כל ההבדל! קבוצות נפרדות של בנים ובנות

9. **אמרו:**

היה לי חשוב לפצל את הכתה לקבוצות נפרדות של בנים ובנות בדיוק בגלל ההבדלים שראינו בסרטון קודם; בנים ובנות בחברה שלנו מקבלים מסרים שונים לגמרי ואפילו הפוכים למה הם צריכים להיות, איך הם צריכים להתנהג, מה הם אמורים לצפות מבני/בנות המין השני ועוד, לכן השיחה בקבוצות נפרדות תאפשר לנו לדבר על החוויה הייחודית של להיות בן/בת בתוך המסרים האלה. סביר להניח שמה שנעלה בשיחה כאן בינינו, הבנות/בנים לא יוכלו להבין באמת לעומק פשוט כי הם/הן מהמין השני.

חשוב לי להדגיש שהשיחה הזאת חייבת לאפשר לכולם בה מרחב בטוח להתבטא ובשום אופן לא יתקבלו כאן הקנטות או ירידות אחד על השני. כל מה שנאמר כאן נשאר בתוך החדר הזה בלבד.

למדריכה ולמדריך:

שימו לב שהפיצול לשתי קבוצות אמור לאפשר מרחב יותר בטוח לשיחה אבל טמונה בו גם סכנה והיא דווקא מצדינו המדריכים. הפיצול עלול לגרום לנו לקיים שיחה שטוחה מדי ולא מורכבת שמנציחה את כל הדימויים שאנחנו רוצים להאבק בהם על מה זה אומר להיות בן ומה זה אומר להיות בת. זה יהיה חטא גדול אם השיחה אצל הבנות תכליל את כולן לחלשות וכאלה שרק נותנות את הסכמתן ואם השיחה אצל הבנים תכליל את כולם לכוחניים וחסרי רגישות לבנות. במציאות ישנן גם בנות כוחניות שלא יודעין כופות על בנים חלשים מהן הסכמה, זה אמנם מצב מאוד נדיר אבל קיים. זה מתח עדין בין לייצג ולחשוף בשיעור את הדימויים העיקריים שאנחנו שבויים בהם לבין להצליח לאפשר בשפה שלנו מקום לכולם. יש להדגיש שאנחנו מדברים על הסטריאוטיפים הרווחים.

שיחת בנות

10. דיון:

– מתוך מה אנשים צריכים לבוא למפגש מיני אחד עם השני? מה צריכים להיות הבסיסים של מפגש כזה? (רצון, משיכה, התלהבות, סקרנות, חרמנות, אהבה... דברים טובים בגדול)

תלי על הלוח את המושגים (נספח ב'):

רצון – ביטוי מודע (אפילו רק בפני עצמי) של תשוקות או מאוויים הנולדים מתוך מקום פנימי ואותנטי (נאמן לעצמו) ולא כפופים להשפעות או השלכות חיצוניות.

רצון הדדי – רצון משותף לשני אנשים.

– תנו לי דוגמאות לדברים שרציתן לאחרונה (יכול להיות ממש כל דבר: אוכל מסויים, בילוי, ללכת אל מקום מסויים, לא להיות במקום מסויים)

– איך אתן מזהות רצון? אתן יודעות להגיד כשאתן רוצות משהו?

– האם אנחנו יודעות לזהות על עצמינו בקלות שאנחנו רוצות דברים שקשורים במין או במפגש מיני? אתן מרשות לעצמכן לרצות?

– לדוגמא, הייתן פעם בסיטואציה שרציתן ליזום? אם כן – יכולתן? הצלחתן? אם לא – למה לא?

– אילו דברים מבוגרים אמרו/אומרים לכן על מין?

– ממה הזהירו אתכן? מה אמרו לכן שכדאי/חשוב לעשות?

11. אמרי:

מין ומיניות זה כסף, זה אנושי, זה בריא וזה ללא ספק חלק מתהליך ההתבגרות, אבל כבנות רוב המסרים שאנחנו מקבלות מאז שאנחנו קטנות זה שמין זה מסוכן לנו: אפשר להכנס להריון, אפשר לחלות במחלות מין, יכאב לנו, נאבד את בתולינו, יהיה לנו שם רע... לא נראה לי שקל לנו כבנות לרצות במין בתוך המסרים האלה וקשה להודות אפילו בפני עצמינו כשאנחנו כן רוצות. המסרים האלה מאוד

בעייתיים ואני אישית ממש לא מסכימה איתם. אין ספק שאם תקיימו יחסי מין ללא אמצעי מניעה אתן עלולות להכנס להריון או לחלות במחלות מין, אבל נראה לי שממה להזהר אתן כבר יודעות- עכשיו השאלה היא לא רק איך לא יהיה רע אלא איך כן יהיה טוב?

– מה היה חסר בקטעים שראינו בסרטון כדי שהחוויה המינית של הבחורה תהיה טובה/שווה?

אני רוצה להציע לכן מושג חדש שלדעתי יכול לשמש אותנו ככלי ממש חשוב בכל סיטואציה מינית (וכשאני אומרת "מין" אני לחלוטין לא מתכוונת רק לחדירה כי מין זה כל דבר שקשור במגע אירוטי בין אנשים ולא רק פעולת החדירה של פין לנרתיק! – אבל זה כנראה לשיעור אחר...): **"הסכמה חופשית"**.

12. **המשגת "הסכמה חופשית"** – תלי על הלוח את המושג והקריאי (נספח ג')

הסכמה חופשית: בחירה משותפת בפעולה שנובעת מתוך רצון הדדי עליו התקיים דיאלוג מפורש שכל מרכיביו גלויים. ניתן להגדיר ולשנות את מרחביה וגבולותיה בכל רגע נתון.

שאלו/הסבירו ביחד את המרכיבים השונים של ההגדרה:

< מה זה אומר בחירה משותפת? איך מכריעים יחד על פעולה? (שיחה כנה! דיאלוג ומשא ומתן על הפרטים)

< דיאלוג מפורש הוא דיאלוג שאין בו נעלמים ולא מוסווים חלקים מהאמת – מבלי החלק של ה"מפורש" אין דבר כזה הסכמה חופשית כי יש רבדים של הונאה במפגש!

< דיאלוג לא חייב להתקיים במילים אבל כדי להבין "הצהרת כוונות" בשפת גוף צריך הרבה רגישות, אם אני לא בטוחה שאדע להבין ו/או שידעו להבין אותי: יש יותר סיכוי שהתבטאות במילים תעשה את העבודה.

< הסכמה חופשית היא לא "כרטיס פתוח" מעכשיו ועד עולם – אפשר להגיד את זה כן את זה לא, אפשר להגיד עכשיו כן ואחר כך לא, אפשר להגיד איתך כן ואיתך לא...

13. **שאלי:**

– איך נבטא הסכמה חופשית? איך היא נראית? (החניכות יכולות להגיד מילים, להביע בתאטרליות...)

14. **כך נראית הסכמה חופשית** – הקריני לחניכות את הסרטון "Wanna have sex - consent 101"

מערוץ היוטיוב של לייסי גרין sex+ בגרסתו המתורגמת:

<https://www.youtube.com/watch?v=MlihOom1I7w>

למדריכה:

חלק מהתכנים בסרטון מתייחסים לדברים משלבים מוקדמים יותר בתהליך ובמרכזם הקווים האדומים למצבים בהם לא יכולה להינתן הסכמה. אנחנו צופות בסרטון כדי לקבל דימוי וויזואלי של איך נבטא הסכמה חופשית, איך היא נראית ואיך נראה מצב של הסכמה לא חופשית. אפשר לעצור את הסרטון בדקה 3:21 או לצפות עד הסוף כולל החזרה על התכנים של חוסר הסכמה.

15. שאלה:

- מה אתן חושבות על זה?
- זה יכול לקרות באמת? מה הקשיים?
- מה צריך להיות בין אנשים כדי שתתאפשר במפגש ביניהם הסכמה חופשית? **כתבי על הלוח**
דברים שחייבים להאמר (אמרי אותם את אם הם לא עולים מהבנות):

✓ כבוד	✓ תקשורת
✓ אמון	✓ הכרת עצמי
✓ הדדיות	✓ ידיעה שהפרטנר/ית מכיר/ה את עצמו/ה

למדריכה:

מאוד חשוב שהשיחה תאפשר מגוון של העדפות מיניות. את צריכה להיות רגישה וזהירה בשפה שאת משתמשת בה כדי לא לשמר את הדימוי של מין הטרוסקסואלי כמין היחיד שקיים או "נורמאלי". שימי לב שבכל פעם שאת מזכירה פרטנר למפגש מיני את אומרת באותה הנשימה "או פרטנרית". הפכי את הדיבור על שני המינים כפרטנרים מיניים, למטבע שפה שגור מבלי להתעכב על כך או להסביר. המטרה היא להתייחס למין הומוסקסואלי כמין נורמטיבי ולגיטימי בדיוק כמו מין הטרוסקסואלי ובכך לייצר בשיחה מקום לכולן וגם לתרום באופן עקיף לשינוי התפישה והשית.

- איך מזהים מצבים בהם יש סביבה מאפשרת להסכמה חופשית? (זאת אומרת איך בעצם אדע לזהות בוודאות מצב בו יש ביני לבין הפרטנר/ית שלי תשתית של כבוד, אמון, הדדיות, תקשורת, הכרת עצמי וידיעה שהוא/היא מכיר את עצמו/ה?)

16. **נעים בסקס** – חלקי לחניכות דף עם פוסטים מתוך עמוד הפייסבוק "נעים בסקס" (נספח ד') אשר ממחישים את המרכיבים שדיברתן עליהם: סקס הוא דבר שקורה במקום בטוח, נעים, שמתקיים בתוך דיאלוג וניתן להפסיק בכל שלב ללא תשלומי מחיר.
- משהו בפוסט/ים תופס אתכן? מה? מה מיוחד במה שהוא מעלה?

למדריכה:

הפוסטים מ"נעים בסקס" אמורים לתת לך כלי עזר כדי להתמודד עם הדימוי שיושב לחניכות בראש ש"לדבר בזמן סקס זה לא סקסי...". כולנו מוזנים מהדימוי הדכאני שהגבר צריך לסחוף את האישה בגבריותו הכוחנית והיא צריכה להכנע ולהתמסר לו ובעצם המפגש המגדרי הזה טמונה ההנאה עצמה ממין. זה דימוי שהשיעור הזה צריך להצליח לפחות לסדוק במעט כדי לאפשר לחניכות לאמץ את מסריו ולהשתנות.

אם את חשה צורך, ניתן להראות לחניכות בנוסף קטע מתוך הסרט "העכשיו המדהים" The Spectacular Now שיכול לסייע בלדמיין מפגש מיני בתוך הסכמה חופשית שהוא רגיש, רצוי, הדדי ולא כוחני (וגם סקסי). <https://www.youtube.com/watch?v=u6MBk0P26XE&feature=youtu.be>

שימי לב שהסרטון מציג כמה סטריאוטיפים לגבי מפגש מיני: דימויי גוף של רזון וללא שיער, הנער מנוסה והנערה "בתולה", לנערה כואב אבל היא רוצה בכך בכל זאת... אמנם בשל הדברים הללו, הסצנה

לא מצליחה להראות דימוי אידיאלי אבל היא בכל זאת מצליחה לייצר דימוי טוב לדיאלוג פתוח, הסכמה מתמשכת ובדיקה מתמדת של שני הצדדים שהם בעניין.

17. סכמי:

כמו שראינו, מין בחברה שלנו מוצג כמשהו שמיועד להנאתם של גברים, המקסימום שנשים מצופות במין זה "להסכים" למה שהגבר רוצה. אנחנו לא מצופות להנות, לא מצופות לרצות, לא מצופות שיהיה לנו מה להגיד... לי היה חשוב היום להזמין אתכן להסתכל על הדברים אחרת, לא להיות מוכנות לקבל על עצמכן את התפישה הזאת שמין לא נועד בשבילכן או להנאתכן אלא בשביל מישהו אחר. אף אחת מכן לא צריכה להתפשר על זכותה וחובתה למפגש המבוסס על הסכמה חופשית ובמפגש כזה, אתן לא פחות חשובות מהפרטנר או הפרטנרית שלכן וההנאה שלכן היא חלק שווה ערך במפגש.

מהנסיון שלי, זה הרבה פעמים לא קל לזהות בתוך מפגש מיני בזמן אמת, אם אני באמת מרגישה שיש כאן מרחב בטוח לקיום הסכמה חופשית או שבלהט הרגע והקשר אני חושבת שכן אבל זה לא כך, לכן אני רוצה לחלק לכן כרטיס קטן (נספח ה') לשים בארנק עם שלוש שאלות; התשובות שלכן לשאלות האלה יעזרו לכן לזהות אם אתן בסיטואציה של הסכמה חופשית או שזו רק הסכמה...

1. האם אני יכולה להגיד עכשיו "לא" ולא יהיו לזה השלכות שיפגעו בי? (פרידה/ נידוי/ הפעלת אלימות פיסית/ הפעלת לחץ רגשי/ רגשות אשם...)
2. האם ניכר שהפרטנר/ית קשוב/ה אלי? – מגיב/ה לשפת הגוף שלי? למבט שלי? ופועלת בהתאם
3. האם אני מרגישה בנוח להגיד בצורה ברורה מה נעים לי ומה לא נעים לי ואני יודעת שהגבולות שלי יכובדו?

שיחת בנים

10. דיון:

- מתוך מה אנשים צריכים לבוא למפגש מיני אחד עם השני? מה צריכים להיות הבסיסים של מפגש כזה? (רצון, משיכה, התלהבות, סקרנות, חרמנות, אהבה... דברים טובים בגדול)
- בנות ובנים רוצים את אותם הדברים לדעתכם?

תלה על הלוח את המושגים (נספח ב'):

רצון – ביטוי מודע (אפילו רק בפני עצמי) של תשוקות או מאוויים הנולדים מתוך מקום פנימי ואותנטי (נאמן לעצמו) ולא כפופים להשפעות או השלכות חיצוניות.

רצון הדדי – רצון משותף לשני אנשים.

- תנו לי דוגמאות לדברים שרציתם לאחרונה (יכול להיות ממש כל דבר: אוכל מסויים, בילוי, ללכת אל מקום מסויים, לא להיות במקום מסויים)
- איך אתם מזהים רצון שלכם? איך מזהים רצון של מישהו אחר?
- איך אתם מזהים רצון במין?
- אתם חושבים שאתם יודעים לזהות כשבת רוצה מפגש מיני? מה הסימנים שרואים כשמישהי בעניין?
- לאילו דברים מצפים מבנים במין? מה אמרו לכם על זה?
- האם הדמויות של הבנות בסרטון היו בעניין? מה גורם להבדלים בהתנהגויות בין גברים לנשים בסיטואציות מיניות?

11. אמור:

מין ומיניות זה כסף, זה אנושי, זה בריא וזה ללא ספק חלק מתהליך ההתבגרות, אבל בנים ובנות מקבלים מסרים הפוכים על העניין הזה מגיל ממש צעיר. כבנים, אנחנו מקבלים את המסר שאנחנו תמיד חרמנים, תמיד צריכים לרצות, צריכים להתנסות בהכל וכמה שיותר, והבנות מקבלות מסרים הפוכים: שמין זה מסוכן כי אפשר להכנס להריון, אפשר לחלות במחלות מין, יכאב להן, יהיה להן שם רע... דיברנו כבר בעבר על הקווים האדומים של מין, דהיינו; מה ומתי אסור לעשות (חוסר הסכמה), אבל אני רוצה שנעלה מדרגה ודווקא נדבר על מה ומתי כן לעשות!

- מה היה לדעתכם חסר בקטעים שראינו בסרטון כדי שהחוויה המינית של הבחור ושל הבחורה תהיה טובה/שווה?

אני רוצה להציע לכן מושג חדש שלדעתי יכול לשמש אותנו ככלי ממש חשוב בכל סיטואציה מינית (וכשאני אומר "מין" אני לחלוטין לא מתכוון רק לחדירה כי מין זה כל דבר שקשור במגע אירוטי בין אנשים ולא רק פעולת החדירה של פין לנרתיק! – אבל זה כנראה לשיעור אחר...): "הסכמה חופשית".

12. המשגת "הסכמה חופשית" – תלה על הלוח את המושג והקרא (נספח ג')

הסכמה חופשית: בחירה משותפת בפעולה שנובעת מתוך רצון הדדי עליו התקיים דיאלוג מפורש שכל מרכיביו גלויים. ניתן להגדיר ולשנות את מרחביה וגבולותיה בכל רגע נתון.

שאלו/הסבירו ביחד את המרכיבים השונים של ההגדרה:

- < מה זה אומר בחירה משותפת? איך מכריעים יחד על פעולה? (שיחה כנה! דיאלוג ומשא ומתן על הפרטים)
- < דיאלוג מפורש הוא דיאלוג שאין בו נעלמים ולא מוסווים חלקים מהאמת – מבלי החלק של ה"מפורש" אין דבר כזה הסכמה חופשית כי יש רבדים של הונאה במפגש!
- < דיאלוג לא חייב להתקיים במילים אבל כדי להבין "הצהרת כוונות" בשפת גוף צריך הרבה רגישות, אם אני לא בטוח שאדע להבין ו/או שידעו להבין אותי: יש יותר סיכוי שהתבטאות במילים תעשה את העבודה.
- < הסכמה חופשית היא לא "כרטיס פתוח" מעכשיו ועד עולם – אפשר להגיד את זה כן את זה לא, אפשר להגיד עכשיו כן ואחר כך לא, אפשר להגיד איתך כן ואיתך לא...

למדריך:

מאוד חשוב שהשיחה תאפשר מגוון של העדפות מיניות. אתה צריך להיות רגיש וזהיר בשפה שאתה משתמש בה כדי לא לשמר את הדימוי של מין הטרוסקסואלי כמין היחיד שקיים או "נורמאלי". שים לב שבכל פעם שאת מזכיר פרטנרית למפגש מיני אתה אומר באותה הנשימה "או פרטנר". הפוך את הדיבור על שני המינים כפרטנרים מיניים, למטבע שפה שגור מבלי להתעכב על כך או להסביר. המטרה היא להתייחס למין הומוסקסואלי כמין נורמטיבי ולגיטימי בדיוק כמו מין הטרוסקסואלי ובכך לייצר בשיחה מקום לכולם וגם לתרום באופן עקיף לשינוי התפישה והשיח.

13. שאל:

- מה אתם חושבים על זה?
- זה יכול לקרות? למה לא? מה הקשיים?
- איך תזהו שהפרטנרית או הפרטנר שלכם מסכימה או מסכים הסכמה חופשית ולא נותנת או נותן הסכמה למשהו שהרצון אליו אינו באמת הדדי?

14. איך מזהים הסכמה חופשית? – הקרן לחניכים את הסרטון "Wanna have sex - consent 101"

מערוץ היוטיוב של לייסי גרין sex+ בגרסתו המתורגמת:

<https://www.youtube.com/watch?v=MlihOom1I7w>

למדריך:

חלק מהתכנים בסרטון מתייחסים לדברים משלבים מוקדמים יותר בתהליך ובמרכזם הקווים האדומים למצבים בהם לא יכולה להינתן הסכמה. אנחנו צופים בסרטון כדי לקבל דימוי וויזואלי של איך מבקשים הסכמה, איך נראית הסכמה חופשית ואיך נראה מצב של הסכמה לא חופשית. אפשר לעצור את הסרטון בדקה 21:3 או לצפות עד הסוף כולל החזרה על התכנים של חוסר הסכמה.

אם אתה חש שהסרטון לא מועיל ביצירת הדימוי המתאים להסכמה חופשית, ניתן להשתמש במקומו בדף "איך מזהים הסכמה חופשית" מתוך ערכה לאנשי חינוך של מרכז הסיוע לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית (נספח ו').

15. שאל:

– מה צריך להיות בין אנשים כדי שתתאפשר במפגש ביניהם הסכמה חופשית? **כתוב על הלוח** דברים שחייבים להאמר (אמור אותם אתה אם הם לא עולים מהבנים):

- | | |
|----------|-------------------------------------|
| ✓ כבוד | ✓ תקשורת |
| ✓ אמון | ✓ הכרת עצמי |
| ✓ הדדיות | ✓ ידיעה שהפרטנר/ית מכיר/ה את עצמו/ה |

– איך מזהים מצבים בהם יש סביבה מאפשרת להסכמה חופשית? (זאת אומרת איך בעצם אדע לזהות בוודאות מצב בו יש ביני לבין הפרטנר/ית שלי תשתית של כבוד, אמון, הדדיות, תקשורת, הכרת עצמי וידיעה שהוא/היא מכיר את עצמו/ה?)

16. **נעים בסקס** – חלק לחניכים דף עם פוסטים מתוך עמוד הפייסבוק "נעים בסקס" (נספח ד') אשר ממחישים את המרכיבים שדיברתם עליהם: סקס הוא דבר שקורה במקום בטוח, נעים, שמתקיים בתוך דיאלוג ולהפסיק כשלא מתאים.

– משהו בפוסטים תופס אתכם? מה? מה מיוחד במה שהוא מעלה?

למדריך:

הפוסטים מ"נעים בסקס" אמורים לתת לך כלי עזר כדי להתמודד עם הדימוי שיושב לחניכים בראש ש"לדבר בזמן סקס זה לא סקסי...". כולנו מוזנים מהדימוי הדכאני שהגבר צריך לסחוף את האישה בגבריותו הכוחנית והיא צריכה להכנע ולהתמסר לו ובעצם המפגש המגדרי הזה תמונה ההנאה עצמה ממין. זה דימוי שהשיעור הזה צריך להצליח לפחות לסדוק במעט כדי לאפשר לחניכים לאמץ את מסריו ולהשתנות.

אם אתה חש צורך, ניתן להראות בנוסף קטע מתוך הסרט "העכשיו המדהים" The Spectacular Now שיכול לסייע בלדמיין מפגש מיני בתוך הסכמה חופשית שהוא רגיש, רצוי, הדדי ולא כוחני (וגם סקסי).

<https://www.youtube.com/watch?v=u6MBk0P26XE&feature=youtu.be>

שים לב שהסרטון מציג כמה סטריאוטיפים לגבי מפגש מיני: דימויי גוף של רזון וללא שיער, הנער מנוסה והנערה "בתולה", לנערה כואב אבל היא רוצה בכך בכל זאת... אמנם בשל הדברים הללו, הסצנה לא מצליחה להראות דימוי אידיאלי אבל היא בכל זאת מצליחה לייצר דימוי טוב לדיאלוג פתוח, הסכמה מתמשכת ובדיקה מתמדת של שני הצדדים שהם בעניין.

17. סכס:

כמו שראינו בסרטון בתחילת השיעור, מין בחברה שלנו מוצג כמשהו מאוד לא סימטרי, הגברים אמורים להיות חזקים, בטוחים, לרצות כל הזמן ולדעת בכל רגע נתון מה (לעזאזל) הם עושים, נשים מנגד מצופות רק "להסכים" ולהיות פאסיביות. לי היה חשוב היום לבקש מכם להסתכל על הדברים אחרת, לחשוף בפניכם את המציאות המדכאת הזאת שאנחנו נמצאים בה – היא לא מדכאת רק את הבנות, היא מדכאת גם אותנו!

אם נבחר לגשת למפגש מיני ממקום אחר, לדעתי פוטנציאל ההנאה גם שלנו הוא הרבה יותר גדול! זו זכותנו וחובתנו לייצר מפגשים מיניים המבוססים על הסכמה חופשית ובמפגש כזה, אף אחד הוא לא חשוב יותר או חשוב פחות מהפרטנר או הפרטנרית וההנאה של כל המשתתפים היא המטרה העליונה והיא חלק שווה ערך במפגש.

חשוב לי להדגיש שהסכמה חופשית היא לא עניין רק של הבנות, לא באתי לצייר כאן תמונה לפיה אנחנו הבנים "הזאב הרע" והבנות הן "כיפה אדומה" התמימה והמפוחדת – גם אנחנו צריכים לזהות על עצמינו אם אנחנו נכנסים למפגש מיני ממקום אמיתי של הסכמה חופשית או ממניעים אחרים – בין אם זה לחץ מהפרטנר/ית, לחץ מהחברים או כל סיבה לא לגיטימית אחרת!

מהנסיון שלי, זה הרבה פעמים לא קל לזהות בתוך מפגש מיני בזמן אמת, אם אני באמת מרגיש שיש כאן מרחב בטוח לקיום הסכמה חופשית או שבלהט הרגע והקשר אני רק חושב שכן אבל זה לא כך, לכן אני רוצה לחלק לכם כרטיס קטן לשים בארנק (נספח ז') עם שלוש שאלות; התשובות שלכם לשאלות האלה יעזרו לכם לזהות אם אתם בסיטואציה של הסכמה חופשית או שזו רק הסכמה...

1. האם אני יכול להגיד עכשיו "לא" ולא יהיו לזה השלכות שיפגעו בי? (פרידה/ נידוי/ הפעלת אלימות פיסית/ הפעלת לחץ רגשי/ רגשות אשם...)
2. האם ניכר שהפרטנר/ית קשוב/ה אלי? – מגיב/ה לשפת הגוף שלי? למבט שלי? ופועלת בהתאם
3. האם אני מרגיש בנוח להגיד בצורה ברורה מה נעים לי ומה לא נעים לי ואני יודע שהגבולות שלי יכובדו?

למדריך ולמדריכה:

אנחנו ממליצים שהשיעור הבא במערך יעסוק בשאלה "מה זה מין?"

נקודות להתייחסות:

- < מין הוא כל מגע בעל אופי אירוטי בין אנשים!
- < משמע: בניגוד לגישה הרווחת והדכאנית - מין לא מתקיים רק בחדירת פין לנרתיק ולא מסתיים רק כאשר יש שפיכה
- < מין בין שני בנים ומין בין שתי בנות זה אחלה כבחירה לחיים או כהתנסות + יצירת דימויים ממשיים לאיך זה יכול להראות (כי לא קל לרצות במשהו שאין אליו דימוי)
- < אוננות היא מין. היא אינה פחותת ערך ממפגש מיני עם אנשים נוספים – זו דרך טובה, לגיטימית ובריאה להנאה ופורקן, לגילוי עצמי ולהבנת המרחבים והגבולות האישיים.
- < כל התנסות במגע מיני שכל המשתתפים בה מקיימים ביניהם הסכמה חופשית היא מבורכת ורצויה
- < זהירות! פְּטִיש לאורגזמה לפניך... מין הוא חוויה בלתי תכליתית ובלתי פורמאלית ואורגזמה היא חלק אפשרי ולא הכרחי שאינו מגדיר את המין או את איכותו!

הסכמה

העתרות או הצטרפות
להצעה, יוזמה או דרישה של
מישהו אחר גם אם אינה
הולמת את רצוני האישי
האותנטי (נאמן לעצמו)
מתוך מערכת שיקולים או
לחצים חיצוניים ו/או
פנימיים.

רצון

ביטוי מודע (אפילו רק בפני עצמי) של תשוקות או מאוויים הנולדים מתוך מקום פנימי ואותנטי (נאמן לעצמו) ולא כפופים להשפעות או השלכות חיצוניות.

רצון הדדי

רצון משותף לשני אנשים.

הסכמה חופשית

בחירה משותפת בפעולה

שנובעת מתוך רצון הדדי עליו

התקיים דיאלוג מפורש שכל

מרכיביו גלויים.

ניתן להגדיר ולשנות את

מרחביה וגבולותיה בכל

רגע נתון.

מתוך עמוד הפייסבוק "נעים בסקס"

נעים בסקס
June 9

(בעילום שם):
 אנחנו באים אליו בפעם הראשונה. אנחנו על המיטה ודברים מתחילים להתחמם, אבל חשוב לו כל הזמן לשאול, ולא להחליט בשבילי שום דבר "אפשר לנשק אותך?" "אפשר לגעת בך?" "אפשר להוריד לך את החולצה?" "זה נעים לך?" "איך לגעת בך?" "אפשר לגמור?" אני בשוק, זה בחיים לא קרה לי, זה מדהים. וגם כשהוא גומר הוא ממשיך עוד ועוד לגעת בי ולגרום לי לגמור. לפני השינה, בעודנו ערומים ומתלטפים, אנחנו מדברות על פמיניזם, תרבות האונס ואיך להפיל את הפטריארכיה אני לא מכירה אותו כמעט, ולא היה ברור לי אם ולאן זה הולך, אבל פשוט כל כך נעים לי להתכרבל איתו כל הלילה ולקום מהנשיקה שלו. עכשיו אנחנו ביחד, ונראה לי שמצאנו איך להפיל את הפטריארכיה 3 > .

Like - Comment - Share 101 3 1 Share

נעים בסקס
June 4

(בעילום שם):
 אף פעם לא הצלחתי לגמור בסקס. אפילו בפעם הראשונה שלי אחרי שכולם סיפרו לי שזה נגמר לפני שאתה מרגיש מצאתי את עצמי עובר כמעט שעה מבלי להתקרב לנקודה הזאת. עם עצמי הייתי סוגר את הבסטה בפחות מדקה במצבים מסויימים. רבות ניסו; עם הפה עם היד עם כול כוחותיהן אבל אף אחת מהן לא הצליחה. בת הזוג הקודמת שלי; לא אחרה לבוא מלאת סבלנות והבנה. לא גרמה לי להרגיש כאילו משהו אצלי לא בסדר, כאילו אני מקולקל אפילו לא לרגע. אחרי ארבעה חודשים כשהשתחררתי באמת בלילה שאהבתי אותה כל כך הצלחתי לגמור. התמלאתי בדמעות של אושר והיא חבקה אותי כשהיא בעצמה בוכה מהתרגשות. נישקה אותי ונרדמתי בזרועותיה כשאני מלא סיפוק ואהבה לבחורה שתקנה אותי.

מאז אני גומר כמעט בכל פעם.

Like - Comment - Share 128 2

נעים בסקס
May 15

(בעילום שם):
 סקס ראשון, נבהל מהגניחות שלי, בודק שאני בסדר, אני מרגיע אותו. מסתכל עליו בחיור מדהים שממיס אותי. אני אוהב אותו.

Like - Comment - Share 82 3

נעים בסקס
June 12

(בעילום שם):
 בקשר כחודש והלילה הייתה הפעם הראשונה שהיה בינינו מגע. אני עוד לא מרגישה מספיק בנוח בשביל להתפשט. המכנסיים שלי קצת גדולים, וכל הזמן מחליקים מטה תוך כדי שאנחנו מתמזמזים. הוא כל פעם מעלה אותם בחזרה. אני צוחקת. הוא אומר "למה את צוחקת? אני רוצה לכבד את הגוף שלך ואת המיניות שלך". הוא יצר לשנינו מרחב בטוח שלאחר מכן אפשר לשנינו לפרוץ גבולות שמעולם לא נפרצו.

Like - Comment - Share 94 4

נעים בסקס
July 6

(בעילום שם):
 ביחד כבר כמה חודשים. דיברנו על סקס ושאנחנו מוכנים לזה בקשר אבל רציתי שנבדק לפני זה לוודא שאנחנו לא חולים במחלות מין. עשיתי בדיקה ואחרי כמה זמן כשהגיעה תשובה סיפרתי לו שהכל תקין אצלי. חיכיתי לשמוע ממנו שהתשובה שלילית והכל בסדר ואפשר כבר לעשות מה שנרצה. חיכיתי הרבה וכבר התחלתי לחשוב שלמרות הכל הוא עוד לא מרגיש בנוח ולא רוצה שנשכב עדיין. אחרי כמה שבועות שהשאלה הזו לא נותנת לי מנוח, אזרתי אומץ ושאלתי אותו מתוך הבנה ברורה שהוא עוד לא נבדק: "זה שאתה לא נבדק זה כי אתה עוד לא רוצה שנשכב?" הוא משתהה רגע ואומר לי.. "האמת.. שנבדקתי. אבל חשבתי שאם אגיד לך שהתוצאה תקינה תרגישי לחץ ממני אז לא רציתי. אמרתי לעצמי שכשתרצי באמת אז תגיד". הייתי בשוק להבין שיש גבר כזה בכלל ושהוא יושב פה מולי והוא שלי, הוא שלי. באמת. באותו יום שכבנו בפעם הראשונה מתוך רצון אמיתי וכן של שנינו.

Like - Comment - Share 172 6

נעים בסקס
June 29

(בעילום שם):
 בפעם האחרונה ששכבנו כאב לי, לא מאוד, אבל בצורה שגרמה לי לא ליהנות - והוא, לא התלונן ולא התבכיין ולא ביקש. כשהתחלתי לא לזוז ולא להזיז אותו כי לא היה לי נעים, שאל אם לצאת - ענית כן, ואז הוא חיבק אותי חזק עד שהרגשתי טוב, והציע לעשות לי ביד.

Like - Comment - Share 111 1 1 Share

נעים בסקס
June 15

(בעילום שם):
 היא הכי אישה שיש. היא מרגישה בנוח בתוך הגוף שלה, היא רגישה לכל תנועה ומגיבה לה בזמן אמת, היא נמצאת במקום ובזמן, לא בורחת למחשבות "איך אני נראית" או "מה לעשות עכשיו" או "מה הוא חושב עלי". היא עצמה והיא טבעית וזה הכי טוב בעולם.

Like - Comment - Share 91 7

נעים בסקס
June 11

(בעילום שם):
 תמיד מוודא שלא כואב לי בחדירה. אם הוא חושד שזה מכאיב לי, ולו במעט, מיד ישאל וימשיך לענג אותי עם הפה, גם אם זה כרוך בלוותר על האורגזמה שלו.

Like - Comment - Share 42

איך מזהים הסכמה חופשית?

(נכתב בעזרת ערכה לאנשי חינוך של מרכז הסיוע לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית)

הסימנים הבאים נכונים לכל סוג של מגע מיני, לא רק ליחסי מין בהם מתקיימת חדירה ושפיכה.

✓ שואלים:

מותר וחשוב לדבר ולשאול. זאת הדרך הכי בטוחה לדעת. לא רק לפני האקט המיני אלא לשמור על שיח בריא ופתוח עם בירור צרכים, גם תוך כדי המפגש המיני אפשר, כדאי וצריך לשאול: "זה נעים?", "להמשיך?", "אפשר?" < אמירות מילוליות שמעידות על רצון: "כן!", "תמשיך/י", "זה נעים".

!! חשוב מאוד לדעת ולזכור: שתיקה אינה הסכמה, חוסר תגובה אינו הסכמה – אם היא/הוא לא אמרה "כן!" מבחינתך זה "לא!"

✓ שפת גוף:

להיות קשובה ורגישה לפרטנר/ית. אם מגיעים למפגש מיני כשהדבר היחיד שעסוקים בו זה עצמי: איך אני נראה/ית? איך הביצועים שלי? איך אהנה הכי הרבה?... בקלות אפשר לא לזהות את הרצונות האמיתיים של הפרטנר/ית וקל לפספס אם המפגש הוא בתוך הסכמה חופשית או לא.

כמה כלים לקריאת שפת גוף:

- חינוך – האם היא/הוא מחייך/ת אלי?
חינוך יכול להעיד על הסכמה או על מבוכה (או גם וגם). בשל כך חשוב לחפש סימני הסכמה חופשית נוספים.
- מבט / קשר עין – האם היא/הוא מסתכלת/ת במבט ישיר בעיניים שלי ולא מסיטה את מבטה/ו הצידה?
- הדדיות – האם היא/הוא מחזירים לי ליטוף? מחזירים לי נשיקה? האם אני לא אקטיבית באופן חד צדדי?
פעולה אקטיבית להבדיל מקיפאון. קיפאון הוא תמרור אזהרה; אם אין הדדיות - עוצרים!!
- עקרון 10:90 – אני עושה עד 90% מהמרחק, הפרטנר/ית צריך/ה לעשות את ה-10% הנותרים. אם הוא/היא לא עושה זאת, אני לא ממשיך/ה. כמובן שהשאיפה היא לכיוון ה-50-50.

הכלל הכי חשוב: אם יש ספק אין ספק. אם משהו לא בטוח עוצרים ומבררים. אם אין הסכמה מפורשת – לא ממשיכים. וכמובן, אם שומעים "לא", גם אם הוא הכי קטן, מחויך, עדין – מפסיקים. אם הפרטנר/ית ירצה/תרצה הוא/היא יצטרך/תצטרך ליזום או לחדש את המשך המגע המיני.

