

## "להתבגר עם הנערה" - מודעות נשית ומינית לנערות

דפנה פלר

מתוך "דעות" 51 : <http://toravoda.org.il/node/7348>

כיום מצב החינוך למודעות נשית ומינית אצל נערות אינו מספק. פעמים רבות הנערה הדתייה מוצאת עצמה מול שוקת שבורה ביחס לתפיסת הגוף והמיניות שלה. גם האפשרות לשיחה פתוחה בנושא איננה מובנת מאליה. דפנה פלר מציעה כיוונים חינוכיים ומעשיים לעיסוק בונה ומתקן בתחום החינוך המיני לנערות דתיות

"אישה היא או מינית או צנועה"; "אני שונאת את האינסטלציה עם הגוף שלי"; "אני חוששת לעבור מאפס למאה בליל החתונה"; "הגוף הנשי עובר שינויים כל הזמן וזה מאיים עלי"; "לא ייתכן שאישה תקיים יחסים ואחר כך תתפלל"; "אישה היא תמיד לא שלמה עם עצמה"; "אני רוצה להיות אמא, אך לא מוכנה ללדת". "אווותר על מחזוריותי בשמחה". ועוד כהנה וכהנה משפטים אופייניים בהם אני נתקלת במהלך עבודתי.

במפגשי "המודעות הנשית" אני פוגשת נערות מבתי ספר תיכוניים ובעיקר מאולפנות למפגש אחד ארוך או לסדרת מפגשים. תחילה אנו משוחחות על נקודות העוצמה והקושי בהיותנו נשים; אנו ממשיכות לנושא הזכריות והנקביות, סוקרות את המשותף והמבדיל בין גברים לנשים, ובוחנות את השלכות המבנה הפיזי על המבנה הנפשי; לומדות אנטומיה ופיזיולוגיה ומתודעות אל המערכות ההורמונליות של גוף האישה. בתוך כך אנו נוגעות בנושאים שונים, וביניהם: דימוי גוף, סימני ההתבגרות, מהות המחזוריות, היגינה מאוזנת, שינויים במצבי הרוח, שינויים בתיאבון והתאמת תזונה, פענוח סימני הפוריות, מערכות יחסים בכלל ויחסים אינטימיים בפרט, אסתטיקה, בעיות בריאות נפוצות ואי-סדירות, אמצעי מניעה, נטייה מינית, הריון ולידה, גבולות בתוך קשר, התאהבות מול אהבה, והטרדות מיניות.

הצורך בבניית תוכנית כזו נולד בעקבות מסע אישי שבו אני מנסה להבין את פשר מושג הנשיות בעידן המודרני, בעקבות ההתקרבות המחודשת אל קולו של הגוף בקרב רבים ב"עידן החדש", ובעקבות קריאות שעולות מהשטח בדבר מחסור בתוכניות מסודרות המלוות את הנערה בהתמודדות עם התהליכים שהיא חווה (ולא רק כהכנה לחיי משפחה עתידיים). ברובד העמוק יותר של השטח ניתן לומר שלאחר דורות שבהם מעמד האישה היה נמוך, ולאחר המהפכה הפמיניסטית הרדיקלית (שלמרות חשיבותה הבלתי מעורערת, נראה שהשאלה שהיא שאלה הייתה: "מי יותר גבר, האישה או הגבר?") - הגענו לתקופה שבה נשים רבות מחפשות תשובה לשאלת הזהות. השוויון בין המינים הוכיח את עצמו ברמת הזכויות, אך לא ברמה המהותית; שם העניינים עדיין מצויים בקונפליקט. מצב זה משתקף היטב בעולמה של הנערה המבולבלת. יש לה גוף של אשה אך אין לה מושג מה השלכותיו של מבנה גוף זה על נפשה השונה מזו של הגבר. מושגים כמו "נשיות" ו"מיניות" אינם ברורים דיים מעצם כך שהם גדלים על מצע של השפעות שיבואר בהמשך. לכן, רגע לפני שהנערה פורשת כנפיים לחיים עצמאיים ראוי לעצור ולהתבונן,

לעשות סדר במושגים, לפתח חשיבה ביקורתית ולכוון אותה לנתיבים בריאים שיעזרו לה להתגבש.

אין ספק כי במקביל לכך יש לבנות תוכנית הולמת לבנים בגיל ההתבגרות, וכי הצרכים בצד הגברי אינם פחותים מאלו של הצד הנשי, כי אם שונים ומצריכים התייחסות נפרדת. כמו כן, ייתכן שמבחינה אידאלית נכון היה גם לבנות תוכנית שלישית המשותפת לשני המינים. אך עוד חזון למועד, ונקווה שתחילה יבשילו התוכניות לכל מין בנפרד.

אלמנטים רבים משפיעים על עולמה של הנערה. כל נערה היא אישיות כשלעצמה עם רמת הדימוי העצמי שלה והאהבה העצמית שהיא חשה; אך גם הבית שבו גדלה, על מרכיביו, עשוי להשפיע בצורה עמוקה (בהקשר זה חשובה במיוחד השפה ששימשה בו בנוגע למקומו של הגוף ותהליכיו, ובייחוד אלו הקשורים במערכת הרבייה). גם הסביבה, בית הספר, החברים והקהילה הם גורמים משפיעים, וכך גם התרבות המערבית שבתוכה הנערה גדלה, והערכים הנגזרים מתוכה; עולם התקשורת הסובב אותה, למרכיביו; העולם ה"דתי" או ה"חילוני" שממנו הושפעה, ועוד.

## ההורים והמבוכה

הבית הוא הראשון שצריך לשאת באחריות לחינוך הנערה (הדברים נכונים גם בנוגע לנער כמובן, אך בדבריי אמשיך להתמקד בנושא הגיליון). התפתחותה של הנערה כוללת את האלמנטים האינטימיים שלה, ואלו מעסיקים אותה ביותר, ואף יוצרים בלבול, פחדים ובדידות לא מעטים. תחושות אלו משתקפות בקרב ההורים. הורים רבים חשים קושי ומבוכה לעסוק בנושאים הללו, חשים חרדה מכך שעצם העלאתם תגביר את מופעיהם אצל הנערה, סומכים על בית הספר והסביבה, וסוברים שאי-עיסוק בנושא לא יגבה מחיר כבד. לצערי, הורים כאלה עלולים להפסיד הן את יכולתם להעניק כלים בסיסיים לבתם בהווה וכהכשרה לעתיד, הן את עצם המעמד של שיחה משתפת בארבע עיניים. נכון הדבר שאם בבית לא שררה שפה המעודדת התייחסות חיובית אל הגוף ותהליכיו (אלא רק התייחסות בזמן מחלה למשל) ולא התאפשרה שיחה (בנושאים אינטימיים) הפוגשת את הנערה במקום ה"מצוי" שלה, ולא דווקא ה"רצוי" והמתסכל לעתים - לא יהיה קל להורה ולא יהיה קל לנערה לשבת ולשוחח על עניינים שכאלו. בדרך כלל הדבר יגרום לה מבוכה רבה ואף התנגדות. אך לא מאוחר מדי. כולנו, מתחת לכל השכבות, גמישים ויכולים לשינוי. אם נוכל לשפר את התקשורת בנושאים האלה מהמקום בו אנו נמצאים - הדבר יהיה בעזרנו. אפשר לשבת (רצוי עם בן הזוג) ולברר את הקונפליקטים, העמדות והערכים שלנו. חשוב לדעת שתחושת האי-נוחות מובנת ומקובלת, וגם העמידה ללא "תשובות". ניתן להשתמש בבן משפחה מתאים או באיש מקצוע כדי שישב איתנו או עם הנערה, או לחלופין ליצור מפגש אינטימי של אם ובת. אפשר לקנות ספר בנושאים האלה, או להיכנס לאתר אינטרנט הולם. מעל הכול, החשוב ביותר הוא השדר הקבוע שאנו כתובת, וניתן לפנות אלינו בכל עניין לקבלת אוזן קשבת ותמיכה.

## אחריות בית-ספרית

הדברים נכונים גם לגבי אחריותו ותפקידו של בית הספר. אל לו לסמוך על הבית כמחנך היחיד. עליו לעמול, להשקיע משאבים ולתת במה הולמת לעניין זה, שתהיה חלק אינטגרלי מתוכנית הלימודים. על בית הספר להשתמש ב"קבוצת השווים" שבכיתה כקבוצה מהדהדת, משקפת ואף תומכת; קבוצה שיש לה חיים משל עצמה, שצומחת יחד, עוברת תהליכים משמעותיים ולא משאירה את הנערה בבדידותה. בעיניי, חשוב לציין כאן שעל המחנכות והמחנכים לעבור הכשרה קצרה מתאימה כדי שיוכלו להעביר את החומר, שכן לרוב הם הקרובים ביותר אל התלמידות. אם הם חשים שהם אינם מסוגלים למשימה, ניתן להביא איש מקצוע או אשת מקצוע, אך זוהי עדיפות שנייה בהחלט.

כאשר בית הספר מעביר את הנושא לתלמידותיו, חשוב מאוד לשלב מידע מדעי מסודר עם ערכים שבית הספר נשען עליהם. עם זאת, אל לו ליפול בפח ולהחטיא את המוקד - מקומן האישי של הבנות. לעתים עצם פתיחת האפשרות לשיח היא המביאה מזור. לכן חשוב תחילה לפנות זמן לשיחות שבהן הבנות מביאות את עצמן ומשתפות בדבר התהליכים שהן עוברות, וכן לתרגילים המשלבים עבודה והתבוננות בעצמן ובגוף. לאחר מכן יש להתמקד במידע ובשאלות שהוא מזמן. בעניין הערכים, יש להתייחס לקשת מצבים, לציין את ערכי בית הספר, אך גם לתת מקום ליוצא מן הכלל. לדוגמה, בית ספר המחנך לקיום יחסים רק לאחר חתונה, אינו פטור מלהגיד: "אילו יש כאן בנות שיבחרו לא לשמור על ההלכה הזאת, ולמרות דעתנו כן יקיימו יחסים, חשוב מאוד שהן ילמדו להשתמש בגוללות (לאישה) ולשלב שימוש בקונדום (לגבר) כדי שלא להיכנס להריון לא מתוכנן וכדי להימנע ממחלות מין". נכון שעצם העלאת הנושא פותחת פתח, אך עלינו לזכור שהפתח כבר קיים גם אם נתעלם ממנו, ושמדובר בדיני נפשות של ממש.

השפעתה של התרבות המערבית רחבה מן הכר הנתון לפירוט כאן. עם זאת, נציין שאנו גדלים בתרבות המקדשת מודלים חיצוניים. מן המומחה לכל תחום ועד לדוגמנית השדופה, מן הפרסומת לצריכה ועד לאינטרנט - אנו בוחנים את שאיפותינו אל מול מראה תרבותית מובהקת מטוב ועד רע. זהו ללא ספק גורם המשפיע על הדור הבא ובונה את זהותו באופן שלא נשער את היקפיו. עלינו כמחנכים להמשיך ולחנך לערכי האבחנה בין טוב לבין רע כשבראשם ההנחיה התמידית להתבונן גם פנימה ולא רק החוצה. "מה יש לך בבית?" שאל אלישע הנביא את האישה הבאה למומחה. עלינו לשאול את הנערה את אותה השאלה. מה מיטיב איתך, עם התפתחותך ועם גופך. איזו תפיסת עולם תקל עליך לחיות בהרמוניה ועם אילו תפיסות היא מתנגשת. מהי השאלה האמיתית המנקרת בך, כיצד נכון לעבוד איתך. חינוך להקשבה ממוקדת פנימה המתכתבת עם החוץ.

## שפה חדשה ומושגים מורחבים

המיניות היא כאמור חלק בלתי נפרד מהמהות הנשית והאנושית. מנקודת מבט מסוימת ניתן אף לומר שהיא אף רחבה יותר, שהלוא יצר המין הוא מנוע פנימי לחיים, לביטוי בעולם, להגשמה מהכוח לפועל, לרצון ולחיות. כאשר אנו מתייחסים אליו במובנו הרחב, לא ניתן לנתקו מכל הקשור בדימוי עצמי, במקומה של הנערה בעולם, ומתוך כך - בשאלה האם היא נערה מאמינה,

כלומר בעבודת ה' שלה. חיבור זה מהותי ביותר כדי להבין שהמיניות היא חלק בלתי נפרד מהחיים, ובוודאי שאינה שלילית.

לצורך העניין נדגים את הוראת נושא הצניעות בבתי ספר דתיים לבנות. נושא זה עלה לכותרות לאחרונה, אולי חרף חוסר הצניעות הכרוך בעיסוק הפומבי בו. מכל מקום, נערות רבות שאני פוגשת רואות את הנושא כ"פלקטי": "צניעות משמעה "לא לבלוט" (בעיקר בתחום הביגוד ע"פ כללי ההלכה) וצניעות היא מראה ישירה למצב הרוחני. "מיניות" משמעה תחושות "לא בסדר" הקיימות בגופי. מטבע הדברים, הגדרות קשות אלו יוצרות קונפליקט בלתי אפשרי. הדבר קשה לאין ערוך בגיל ההתבגרות, שבו נושא הדימוי העצמי והגופני באים לידי ביטוי בעוצמה. אני זוכרת שפעם מישהי אמרה לי בסדנה: "או שאת אישה או שאת דתייה".

אין ספק שמעבר לעיסוק הישיר בנושאים הללו, שהוא חשוב בפני עצמו, יש ללמד כאן שפה אחרת. למונח "מיניות" התייחסנו במובן הרחב. את המונח "צניעות" נגדיר ככיסוי, כהכרה בכוח והסתרה שלו לשם מטרה מסוימת, מבלי לחוש כלפיו רגשות חיוביים או שליליים. הנה לנו "כיסוי מול גילוי". בהקשר של ההוראה, מתוך תפיסה כזאת ניתן כעת לפרוש כמה וכמה סיטואציות אישיות וחברתיות ובהן לבחון מהו התייב העדיף - גילוי או כיסוי? קודם כול, ברמת הנפש והמידות, ולאחר מכן - ברמת הגוף. לא מן הנמנע שנמצא כי בכל סיטואציה עלינו להתנהג אחרת - ראי לגמישותם של החיים המשתנים. לצד זאת, בבית ספר דתי קיימת ההלכה שאליה הוא שואף ומחנך. במקום הזה, אחרי בחינת תבניות המחשבה והרגש האישיות של הנערה - שבין כה וכה קיימות וראויות להתבוננות, הכרה ועיצוב - יש לתת לערכי היהדות ובית הספר את הבמה. נוסף לכך, כאן כדאי להרחיב את המושגים "רוחני" ו"גשמי" וליצוק בקרב הבנות הבנה שזה לא נפרד מזה וזה משתקף בזה. המצוות נעשות בדרך כלל על ידי הגוף, ועל ידו אנו מתקדשים. מהות החיבור בגשמיות היא המהות ברוחניות, ולהפך, ולרוב העולם הוא עולם שבו יש מקום רב לקיומן של מהויות במקביל, בלי סתירה: חיבור המהות הרוחנית והגופנית הוא היישום הבולט לכך, והאחד השלם שנוצר מכך - אין עוד מלבדו.

אני תקווה שעם התקדמות המודעות לנושא זה, נדע לעבור בעצמנו תהליך משמעותי בהתקרבות לנוזר הבריאה - הגוף, ובהבנת עוד ועוד נדבכים בקשריו ובשיקופיו לנפש; ונשכיל להבין את תפקידנו כהורים, כמחנכים וכבני אדם בעולם, המעצבים את פני הדור הבא לחיים של מורכבות והרמוניה גם יחד, אף בנושאים הרגישים ביותר.