

סדנת סטריאוטיפ הנשיות: מערך למנחה

סדנה זו היא סדנת בסיס המיועדת לתלמידות כיתות ח'–י"א. כמו שאר הסדנאות של עמותת מכנה משותף, המטרה הבסיסית של הסדנה היא לצייד את המשתתפות בכלים לזהות סטריאוטיפים ומנגנונים חברתיים לשימורם, לדון בהם מתוך גישה ביקורתית ולגבש עמדה ערכית, כדי לאפשר לתלמידות לבחור בחירה מושכלת בסיטואציות יומיומיות.

מערך השיעור כולל רקע מושגי בסיסי בנושא, והעמקה בסטריאוטיפ הנשיות בהקשרים שונים. ניתן לבחור ולהתמקד בנושאים, על פי הרלוונטיות לכיתה או לעסוק בכל הנושאים במספר מפגשים. הסדנה בנויה על ידע שנאסף בעמותה בהתבסס על מחקרים אקדמיים. ישנה מצגת לשימוש עם המערך, יחד עם זאת נדגיש, שעדיף לפתח שיח קבוצתי מאשר לקיים מעין הרצאה בעזרת המצגת.

מטרות

- הכרות עם מושגים שיועלו במהלך המפגש.
- התלמידה תוכל לשייך תופעות חברתיות לסטריאוטיפ הנשיות.
- התלמידה תבין שהתאמה לסטריאוטיפ היא לא מחויבת המציאות.
- התלמידה תדע לזהות את השפעת הסטריאוטיפ על חייה ובחירותיה האישיות.
- התלמידה תבין שיש מחירים ורווחים להצמדות לסטריאוטיפ או ליציאה ממנו.
- הקניית כלים פרקטיים להתמודדות עם סטריאוטיפים.

עזרים נדרשים וארגון הכיתה

- ישיבה במעגל/ חצי מעגל
- טוש מחיק ולוח
- אפשרות להקרנת סרטונים

מבנה הסדנה

מבנה הסדנה שומר על רצף שאלות מנחות:

1. מה הבעיה? – הצגת הסטריאוטיפ.

2. דוגמאות לסטריאוטיפ.

3. הוכחות לכך שהסטריאוטיפ יחסי לזמן, מקום וחברה, ושהוא גמיש.

4. מה אפשר לעשות?

מבנה זה מאפשר התמקדות בתכנים והזדמנות לשיח מעמיק יותר עם הקבוצה, וכן מציע הזדמנות לעבודה ללא מצגת באמצעות מתודות יצירתיות ועדכניות. ניתן להשתמש במצגת, אך היא אינה הכרחית. ישנן מספר מתודות לבחירה בחלקים שונים – איך הכרח להשתמש בכולן.

משך מוערך	תוכן
0:05	פתיחה: הקדמה לסדנה וכללי דיון
0:40	ביסוס מושגי : מין/מגדר, סטריאוטיפ, הבניה חברתית סטריאוטיפ הנשיות
0:15	האם הסטריאוטיפ משפיע עליו? (אסוציאציות חבויות)
מכאן ניתן לבחור נושא אחד או יותר להתמקד, בהתאם לכיתה ולזמן (ניתן כמובן גם לחלק את הסדנה למפר מפגשים על מנת להתייחס לכלל התוכן)	
0:30	חלוקת תפקידים בבית
0:30	פרפקציוניזם והערכה עצמית
0:30	מיעוט ייצוג נשי
0:30	מוח וביולוגיה
0:30	מקצועות ותחביבים
0:30	מודל היופי
0:15	סיכום



מהלך הסדנה

1. פתיחה

כללי הדין

- יש רק בנות בסדנה – זו סביבה בטוחה, מותר להגיד ולשאל בה הכול. כל מה שאומרות לא יוצא מהחדר הזה.
- מטרת הסדנה היא לעורר שאלות לא לתת תשובות. אין לי תשובות, ואין נכון ולא נכון, כל אחת צריכה למצוא את הדרך הנכונה עבורה.
- חשוב לי לשמוע את מה שיש לכל אחת מכן להגיד. כדי שזה יקרה, תנסו גם אתן להקשיב לחברות שלכן, ולדאוג שרק אחת תדבר בכל פעם.

הצגת נושא הדין (אופציונלי)

המטרה שלי היום היא לדבר איתכן על סטריאוטיפים מגדריים, כדי להכיר אותם, להבין מה המשמעות שלהם בחיים שלנו, ומה אנחנו יכולות לעשות איתם ומולם כשאנחנו עושות כל מיני בחירות בחיים.

אופציונלי - לא להצהיר על מה מדברות היום, לגלוש ישר לחידה וממנה להציג את הנושא.

מתודה: חידה

ד"ר לוי, ד"ר כהן וד"ר ביטון עבדו בבוקר יום חמישי בחדר מיון בבית החולים. באותו הבוקר יוסי החליט להצטרף לאביו לעבודה, ונסע איתו יחד במשאית. לפתע, רכב מימין לא עצר באדום והתנגש בחוזקה במשאית. יוסי נפצע קשה והובהל לבית החולים. האחות בחדר מיון ראתה את יוסי ואמרה "זה הבן של ד"ר ביטון!" איך זה יכול להיות?

לבקש שלא יענו מיד ולספר את החידה שוב.

שאלות מנחות:

- אם מישהי ישר אומרת "זאת אמא שלו" אפשר לשאול כמה מהן חשבו שד"ר ביטון זאת אישה? אם אף אחת לא עולה על זה אפשר לעזור קצת
- לא מאומץ, לא גיי... אז מה כן?
- מי ההורים של יוסי?
- מה בדרך כלל יש לתינוק? (2 הורים, בד"כ, לא תמיד).

☒ סיכום החידה - "כפי שאתן יכולות לראות, יש לנו תבניות מאוד ברורות לגבי גברים ונשים והמקצועות של כל אחד. היום נדבר על התבניות האלה ותבניות אחרות, ועל האופן שהחברה מכוונת אותנו לתבניות האלו." זה בסדר אם נראה שאני אומרת דברים באוויר, אני אשתדל להבהיר אותם במשך הסדנה.

2. ביסוס נושא הדין

מה זה אישה? – ההבדל בין מין למגדר

מתודה: שאלה לקבוצה: "מה אוהבת/לא אוהבת בלהיות בת?" (לבקש תשובות בסבב).

אם קצת נתקעות עם התשובות אפשר לסייע עם שאלות מנחות נוספות כמו:

- איזה תכונות נחשבות נשיות?
- מה זה אישה בעיניך?

את כל התשובות לכתוב על הלוח:

- **אפשרות א'**: לכתוב את התשובות בשתי עמודות, לפי מין ומגדר (בלי לכתוב את הכותרת). אם עמודה אחת קצרה יותר, לבקש עוד דברים לעמודה הזו. אם יש דברים שלא ברור לאן לשייך, לשאול את המשתתפות. (הן אולי תחשובנה שהסידור הוא לפי אוהבת ולא אוהבת ומתישהו תערנה על כך, אז פשוט לומר להן "אני באמת עושה סידור אחר. נסו לחכות בסבלנות או יכולות לחשוב בינתיים על ההבדל בין העמודות") בסוף לשאול: לפי מה החלוקה?
- מי יודעת מה ההבדל בין מין לבין מגדר? מין הוא אבחנה ביולוגית, שמתבטאת בגנים ובאברי רבייה, מגדר היא אבחנה חברתית, והיא גמישה, יחסית לזמן, מקום וחברה.
- **אפשרות ב'**: לכתוב את כל התשובות בצורת שמש, ואחר כך לעבור עליהן אחת-אחת ולבקש מהמשתתפות למיין לפי מין/מגדר.

הגדרה

**מין זו אבחנה ביולוגית, המתבטאת בגנים ובאברי רבייה.
מגדר זו אבחנה חברתית, והיא גמישה ביחס לזמן, למקום ולחברה.**

האם מין הוא קטגוריה בינארית?

זכר ונקבה הן שתי קטגוריות נפרדות לחלוטין, כמעט במאה אחוז. כלומר, מי שמוגדר "זכר" מכיל את כל הרכיבים של הקטגוריה (אשכים, פיין וכו') ורק אותם (כלומר, לא מכיל אף רכיב מהקטגוריה "נקבה") - ולהיפך. רק 1% מהאוכלוסייה לא ייפול באופן מוחלט רק באחת הקטגוריות.

האם יש עוד מגדרים חוץ מגבר/אישה?

בתרבות המערבית מקובל לדבר על גבר ואישה, אבל יש תרבויות בהן יש מגדר שלישי. לדוגמה, בפיליפינים יש מגדר של זכרים ביולוגיים שמתלבשים ומתנהגים באופן נשי מאוד מוחצן, קצת כמו דראג. אם גבר "רגיל" יקיים יחסי מין עם מישהו מהמגדר הזה, זה לא ייחשב אקט הומוסקסואלי, אף שבאופן טכני מדובר בזכר.

מהו סטריאוטיפ?

מתודה אפשרית: ניתוח פרסומות

ניתוח סטריאוטיפים בפרסומת וקישור לחיים האישיים שלהן - איפה זה מתבטא בחיים שלכן?

פרסומות אופציונליות; [האגיס](#), [לגו ברבי](#), [מסטיק עלמה](#), [גולדסטאר](#)

שאלות מנחות:

- איך נשים מתנהגות?
- איך הן נראות?
- מה היכולות של נשים?
- מה נשים אוהבות? אילו תחומים מעניינים אותן?
- מה התפקיד של נשים בחברה?

**כדאי לכתוב בצד של הלוח את התכונות שהן מציפות.

מתודה אפשרית: החיזר - לפני/אחרי המתודה הראשונה או בנפרד ממנה

"אם היה מגיע אלינו חיזר מכוכב אחר, שרק עכשיו הגיעו לכדור הארץ מה הוא היה חושב על נשים וגברים, רק מצפייה בפרסומות?"



מתודה אפשרית: סטריאוטיפים נפוצים

אפשר לכתוב על הלוח, אפשר גם לומר בעל פה

השלמת סטריאוטיפים: כל המרוקאים הם...? כל מי שיש לו משקפיים הוא...? בלונדיניות הן...?

- אילו סטריאוטיפים אתן מכירות על נשים?
- האם כל המרוקאים הם X? האם כל מי שיש לו משקפיים הוא Y? לא.

סטריאוטיפים עוזרים לנו לתפוס את העולם בצורה יעילה ומהירה. אבל לשימוש בסטריאוטיפים יש גם מחיר. חלק מהסטריאוטיפים הדומיננטיים ביותר הם סטריאוטיפים מגדריים, הסטריאוטיפים הללו כל כך חזקים עד שהם נתפסים כאמיתיים.

שאלות בנוס לדין:

- האם יש סטריאוטיפים חיוביים?
- האם גם להם יש פוטנציאל שלילי?

הגדרה

סטריאוטיפ הוא קיצור דרך מחשבתי:

**הכללה שלא מחויבת במציאות ולא מתקיימת לגבי כל הקבוצה.
סטריאוטיפים עוזרים לנו לתפוס את העולם בצורה יעילה ומהירה,
אבל לשימוש בסטריאוטיפים יש גם מחיר.**

האם סטריאוטיפ הוא תמיד שלילי?

לא!

"סטיגמה" – מילה שתלמידות מכירות ומזהות עם סטריאוטיפ – היא למעשה סטריאוטיפ שלילי.

יש גם סטריאוטיפים נייטרליים ("גברים אוהבים בשר") וסטריאוטיפים חיוביים ("שחורים טובים בריצה").

הבנה של הדעות המרכזיות בכיתה

מתודה: מידת הסכמה עם היגדים

נציג/נכתוב על הלוח שלושה משפטים ונשאל את התלמידות עם מה הן מסכימות ולמה:

1. הדרך הכי טובה להתמודד עם אי שוויון מגדרי היא להתעלם מהמגדר של אנשים.
2. פעם היה אי שוויון מגדרי, אבל היום המצב השתפר מאוד.
3. מגדר משפיע על הבחירות של כולנו, ולכן יש לנו עוד עבודה.

כדאי לשמוע את הדעות שעולות ולעודד שיח בכיתה. (אנו נטען שההיגד השלישי הוא הנכון).

3. האם הסטריאוטיפ משפיע עליי?

להפנות שאלה למשתתפות: "אתן חושבות שאתן מושפעות מסטריאוטיפים?"

אם עונות שכן – אפשר להמשיך הלאה (אפשר גם להדגים את מתודת שאלת המנקה כי היא מהירה).

אם עונות שלא – כדאי לעשות את מבחן אסוציאציות חבויות (נמצא במצגת).

מתודה אפשרית: שאלת המנקה

כתיבה *לאט* של המשפט הבא על הלוח, ובקשה מוקדמת להקריא את המשפט תוך כדי כתיבה;

המנקה שלי בכלל לא היה מופתע שחשבתן שהוא אישה בתחילת המשפט.

מתודה אפשרית: אסוציאציות חבויות (בעזרת המצגת)

רקע למנחה: סטריאוטיפים משפיעים על כולנו גם באופן לא מודע. במחקרי פסיכולוגיה הבינו שא/נשים לא חושפים את המחשבות שלהם משום שהם לא רוצים בכך, או משום שהם לא יכולים לעשות זאת. מתן תשובה לא נכונה ללא שום כוונה לעשות כך נקרא לעיתים השלייה עצמית; זו דוגמה לאי יכולת לספק את התשובה הנכונה.



ההבחנה בין חוסר רצון לחוסר יכולת היא כמו ההבחנה בין להסתיר דבר מה מאחרים להסתרה לא מודעת של דבר מה מעצמך.

מבחן אסוציאציות חבויות (IAT) מאפשר לחדור דרך שתי הסתרות אלו. ה-IAT מודד את העמדות והאמונות החבויות שאנשים לא רוצים או לא יכולים לחשוף. מבחן זה פותח ע"י מדענים מהרווארד בשנת 1998. ניתן להשתתף במבחן המלא באינטרנט [בקישור הבא](#). במבחן נמדדים זמני התגובה בצימוד סטריאוטיפים לעומת צימוד לא סטריאוטיפי.

ניתן להסביר לתלמידות מראש מה מטרת המשחק ואפשר לתת להן לשחק ורק בסוף להסביר ולדון בזה.

מטרת המשחק: ההנחה היא שסטריאוטיפים משפיעים עלינו גם באופן לא מודע. במשחק הבא, נראה איך זה קורה, ונשים לב למהירות ולדיוק התגובה שלנו.

הנחיות לקבוצה:

בכל פעם תופיע מילה, עליכן לצעוק כמה שיותר מהר "ימין" אם היא משויכת לגבר, "שמאל" אם משויכת לאישה (זה לא נורא אם עושות טעויות) ☒ הפעלת השקף הראשון

כעת נעשה אותו דבר, אך עליכן לצעוק כמה שיותר מהר "ימין" אם היא משויכת למקצוע מדעי/טכנולוגי, "שמאל" אם משויכת למקצוע עיוני/ אמנותי ☒ הפעלת השקף השני

כעת נשלב בין שתי המשימות: עליכן לצעוק כמה שיותר מהר "ימין" אם היא משויכת למקצוע מדעי/ טכנולוגי או לגבר, "שמאל" אם משויכת למקצוע עיוני/ אמנותי או לאישה (זה לא נורא אם עושות טעויות) ☒ הפעלת השקף השלישי

כעת נעשה אותו דבר, עם הבדל קטן: עליכן לצעוק כמה שיותר מהר "ימין" אם היא משויכת למקצוע מדעי/ טכנולוגי או לאישה, "שמאל" אם משויכת למקצוע עיוני/ אמנותי או לגבר (זה לא נורא אם עושות טעויות) ☒ הפעלת השקף הרביעי

שאלות לדין:

- איפה התגובות היו מהירות יותר?
- מה היה פשוט יותר לעשות?
- האם התוצאות משקפות את מה שאנחנו חושבות?

אופציונלי - לתת את הקישור למבחן באתר ולבקש מהן לתת לחברים ומשפחה לנסות. כדי לחבר את זה למציאות אפשר לציין שבסינון קורות חיים מנהלים משקיעים כ-6 שניות בקריאת קו"ח ולכן מהירות תגובה והתאמה או חוסר התאמה לסטריאוטיפ באמת משפיעים.

כדאי לזכור: אפילו אם אנחנו מאמינות שהסטריאוטיפ שגוי, הוא עדיין קיים בתפיסה שלנו. כלומר, לא מספיק לחשוב שהוא שגוי כדי שהוא לא ישפיע עלי.

הצעד הראשון הוא להיות מודעות לכך, ולכן אנחנו רוצות להעלות מודעות לקיומם כדי שנוכל להתחיל לדבר על איך בכלל להתמודד איתם.

האם העובדה שלא הצלחתי להגיב מהר כשהסטריאוטיפ לא תאם אומר שאני שוביניסטית? לא. המבחן הזה לא בודק דעה, אלא זמן תגובה. בממוצע, זמן התגובה איטי יותר כשהסטריאוטיפ לא תואם - זה לא מוכיח שום דבר לגבי הדעה, זה רק מוכיח שלמוח שלנו קל יותר להגיב כאשר הסטריאוטיפ תואם, והוא מגיב לכך מהר יותר.

מתודה אפשרית: תמונות ילדות

אפשר להכניס למצגת תמונות ילדות שוברות סטריאוטיפים שלכן, ולשאל את הכיתה מי מצולם. ומה הן חושבות על המצולם. - בילדות פחות ניתן להבחין שזו דווקא בת שהתחפשה לדמות גברית, ולכן קל למשתתפות להניח שמדובר בילד - הפירוק בו נאמר שזו בעצם את - מפתיע את המשתתפות והוא מצע לדיון 'למה חשבתן שזה דווקא בן?'

עד כאן דיברנו על סטריאוטיפים מגדריים, בואו נראה איפה אנחנו רואות אותם בעצם;

4. חלוקת תפקידים בבית

מטרות

- הנערות יפתחו מודעות ביקורתית לחלוקה הקיימת כיום.
- הנערות יכירו דוגמאות לסטריאוטיפים שונים בתרבויות וזמנים שונים.
- הנערות יעלו כלים פרקטיים להתמודדות עם המצב כיום.

מה הבעיה? חלוקת תפקידים במרחב הביתי אינה שוויונית.

טיפול בילדים/ות ובבית בכלל, ותקופות היעדרות בגין הריון ולידה – הן מהגורמים העיקריים לחוסר שוויון בשוק העבודה. יתר על כן, כיום כשמצופה מנשים גם לפתח קריירה, נוצר מצב של "משמרת שניה", כאשר העבודה בבית עדיין לרוב מוגדרת תחת אחריותה של האישה. כאשר החינוך מכוון אותנו לכך שיש לנו או אין לנו מסוגלות בתחום מסויים – לא ננסה לפרוץ את ההגדרות הללו – ילד שלא מוזמן להגיע למטבח ולהתנסות בו לא יקח חלק במטלות המטבח בבגרותו, וילדה שלא מתבקשת לסייע בתחזוקת הרכב לא תדע לטפל בו בבגרותה.

דוגמאות

מתודה אפשרית: ניתוח פרסומת

סרטון המקדחה - הקרנת הסרטון ועצירה שלו לפני עליית הכותרות.

שאלה למשתתפות – מה אתן חושבות שהסרטון הזה מפרסם?

הסרטון מפרסם חברת ביטוח לרכב, השורה החתונה בו פונה לגבר האחראי על ענייני הכספים והרכב בבית – אשתך כל כך גרועה עם מקדחה, בטח שלא תיתן לה כלי רציני ויקר יותר כמו אוטו, וגם לא תיתן לה לטפל בכספים, כי היא אישה.

מתודה אפשרית: שירי ילדות

למנחה: מומלץ לקרוא את המאמר "שיר ילדים תמים- האמנם?" באתר מכנה משותף.

לבקש מהמשתתפות לחשוב על שירים מוכרים, שירי ערש הם דוגמה טובה, לשאול את המשתתפות ולכתוב על הלוח מה התפקידים של גברים/בנים ונשים/בנות בשירים הללו.

****אפשר לבקש מהן לחשוב לבד, אם הן לא מצליחות אפשר בזירות להציע שיחפשו דרך הפלאפונים – זה עשוי לעורר בלאגן מחד, אבל מעורבות מאידך**** (שירים לדוגמה: נומי נומי ילדתי, הילדה הכי יפה בגן, פיל פילון, דני גיבור, בובה ימימה, לאבא שלי יש סולם ועוד...)

- ☒ אמא בבית, אבא בחוץ: אמא מנקה, מציקה, אבא מתווה ערכים, פאסיבי, מציב גבולות ומפרנס
- ☒ ילדה יפה, ילד גיבור

סטריאוטיפ גמיש

● **תחום התכנות** - במקור תכנות מחשבים היה תחום של נשים, ורק ב-1984 חלה ירידה של מספר הנשים בו, בין השאר כתוצאה של הנסכת המחשב הביתי ששווק בעיקר לבנים וגברים, מה שיצר את הסטריאוטיפ של 'מחשבים זה לגברים'. גם הוראה בעבר היתה מקצוע גברי. [פוסט בעמוד הפייסבוק של העמותה](#).

● **שבט האקא** - שבט של ציידים לקטים בו האבות לוקחים חלק משמעותי בגידול הילדים, והם אפילו מניקים את התינוק - לא יוצא חלב, זה בעיקר לנחמה וקשר אישי.

שאלות לדיון

- האם אצלכן בבית יש יחס שונה בין האחים לבין האחיות?
- זה בכלל חייב להיות ככה? אולי נשים הן מראש יותר אימהיות? אצל מי מהמשתתפות בבית האמא היא המפרנסת?
- האם מכירות מצבים אחרים של תפקידי הורים - מהחיים ומתוכן פופולרי?
- מה קורה בטקסי נישואין היום? רק החתן מקדש? האם נשים גם מציעות נישואין? (מי שיש לה דוגמה מהחיים מוזמנת לשתף)
- האם הבית הוא מקומן של נשים? אם כן - למה?
- גידול ילדים - האם לגברים מגיע חופשת לידה? מה ההשלכות/השפעות/מחירים?
- מה המחיר שאישה משלמת ומה המחיר שגבר משלם כ'התחום הביתי' שייך לאישה?
- מה ההשפעות של החלוקה הזו על הקריירה של שני בני הזוג?

גברים וחופשת לידה -

על זה קל מאוד לומר שאין מה לעשות ונשים צריכות להיעדר מהעבודה אחרי לידה - התשובה הקלה היא שאישה אכן צריכה להתאושש מלידה, אבל גם גבר צריך ללמוד ולדעת לטפל בילדים, אלא שהיום לא ממש ניתנת לו האפשרות וגברים לא בדיוק זכאים לחופשת לידה

על איום אישוש הסטריאוטיפ במרחב הביתי:
אישוש איום הסטריאוטיפ -

מצב שבו אני אתפקד פחות (או יותר) טוב בסיטואציה מסויימת, כי אני שייכת לקבוצה שיש עליה סטריאוטיפ מסוים - עשויה להיות פגיעה בביצועים בשל הפחד לאושש את הסטריאוטיפי הקיים על הקבוצה אליה אנו משתייכים.

אחת המדריכות שלנו מספרת ש:

מרות שהיא מכירה את עולם הפמיניזם, ואת מושג איום אישוש הסטריאוטיפ - לאחר 4 שנות זוגיות ו-1 שנות מגורים משותפים, בן זוגה התוודה בפניה שהוא מרגיש חוסר ביטחון במטבח כשהיא נמצאת בסביבה, וחושש מכישלונות כאשר היא מתבוננת בו מבצע מטלות בישול וניקיון.

גם גברים עשויים להיפגע מסטריאוטיפים, ומודעות לפחד של בן הזוג איפשרה שיח ופעולות שבתורן איפשרו לו לתפקד ללא חשש.



מה אפשר לעשות?

*להפנות את השאלה לקבוצה ובמידת הצורך להוסיף

בחלק זה אתן מוזמנות להוסיף דוגמאות אישיות שלכן ואף תמונות מתעדות אם יש

- חינוך המאתגר סטריאוטיפים מגדריים מגיל צעיר.
- חינוך חינם לגיל הרך.
- יום לימודי ארוך לילדי אמהות עובדות ולומדות.
- התאמת עולם העבודה להורות – הכרה בשעות עבודה מהבית, יום עבודה גמיש, מעונות יום בסמוך למקום העבודה והקפדה על תפקידים ומטלות שיבטיחו שכר שווה לנשים ולגברים.
- חופשת לידה לגברים.
- חלוקה מודעת של תפקידים בבית.
- מרחב מאפשר לשני בני הזוג להתנסות בתפקידים שאינם 'תואמי סטריאוטיפ מגדרי'.

5. פרפקציוניזם והערכה עצמית

מה הבעיה?

- נשים לא מעריכות כראוי את יכולתן האישית ונוטות לייחס הצלחות לגורמים חיצוניים וכשלונות לעצמן.
- נשים יעדיפו לוותר מראש מאשר לבצע משימה באופן לא מושלם.

דוגמאות

איום אישוש הסטריאוטיפ

רקע למנחה: תופעה זו מתארת מצב שבו הסטריאוטיפ הקיים ישפיע על הביצועים וההתנהגות. תופעה זו הודגמה במספר מחקרים, במחקר של Shih, M., Pittinsky, T. L., & Ambady, N. (1999). Stereotype susceptibility: Identity salience and shifts in quantitative performance. *Psychological science*, 10(1), 80-83. חולקה מטלה מתמטית לשלוש קבוצות של נשים אסיטיות בארצות הברית. לפני המטלה התבקשו המשתתפות בקבוצה הראשונה למלא שאלון המדגיש זהות נשית. המשתתפות בקבוצה השנייה התבקשו למלא שאלון המדגיש זהות אסיטית. הקבוצה השלישית לא התבקשה למלא שאלון כלל.

הדגשת הזהות הנשית נעשתה על ידי שאלות כמו האם המעונות בהם הן גרות משותפים או מוגבלים רק למין אחד, או למנות שלוש סיבות להעדפתן למעונות של נשים בלבד. הדגשת זהות אסייאתית נעשתה על ידי שאלון שמדבר על השפה בבית, או כמה דורות המשפחה גרה באמריקה.

תוצאות המחקר הראו שנשים שעוררו אצלן את המודעות הנשית הצליחו הכי פחות במטלה המתמטית, לעומת נשים שעוררו אצלן את המודעות האסייתית, שהצליחו הכי הרבה – זאת בהתאם לסטריאוטיפ הקיים בארצות הברית, שבעלי מוצא אסייתי "טובים יותר" במתמטיקה.

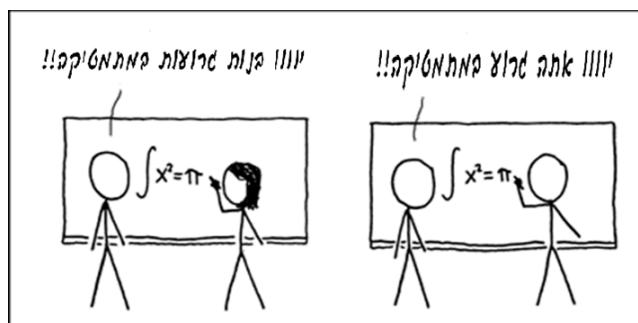
מתודה: סרטון שלמות או כלום.

הבניות חברתיות מלמדות אותנו מגיל צעיר שילדות צריכות להיות מושלמות, נקיות, ולא לקחת סיכונים. הארגון שהקימה רשמה סאוג'ני, Reshma Saujani - Girls Who Code, שם לעצמו למטרה לסגור את הפער המגדרי בתחומים הטכנולוגיים באמצעות לימוד מקצועות תכנות לבנות. סאוג'ני מספרת שגם במסגרת הארגון שלה, בנות חוששות לא להצליח ומעדיפות לא להציג פיתרון כלל, מאשר להציג פיתרון חלקי או שאינו מושלם.

שאלות לדיון (לאחר צפייה בסרטון)

- האם מישהי יכולה להזדהות עם מה שהיא מתארת?
- מישהי מוכנה לשתף על מקרה שבו העדיפה לא לנסות משהו בגלל הפחד מכישלון?
- האם מישהי נמנעה מלשאול שאלה כשלא הבינה משהו בשיעור? למה?

מחיר הטעות – איום אישוש הסטריאוטיפ – המחיר לתשובה לא נכונה מצד בנות גבוה יותר משל בנים, כי בת שתטעה מפחדת לחזק את הסטריאוטיפ הקיים לפיו 'כל הבנות את טיפשות', אז בנות תעדפנה לא לשאול שאלה כלל.



ייחוס הצלחה וכישלון

מידע למנחה: לכולנו יש דפוסים של ייחוס הצלחה וכישלון; למשל, כולנו נוטים לייחס הצלחות לגורמים פנימיים (אני מוכשר/ת) וכישלונות לגורמים חיצוניים (הרצפה הייתה עקומה). ישנם מחקרים שמראים כי קיימים הבדלים מגדריים בייחוס סיבתי של הצלחה וכישלון. אולם, ראוי לציין שהתוצאות בספרות אינן עקביות, וקיימים גם מחקרים שלא מצאו הבדלים שכאלו. להלן שני מחקרים שדיווחו על הבדלים מגדריים בייחוס סיבתי של הצלחות וכישלונות:

לגבי הצלחות - בבואן להסביר את הצלחתן, נשים בחרו יותר בהיגדים של מאמץ ופחות בהיגדים של יכולת. זאת בהשוואה לגברים שהעדיפו היגדים של יכולת על פני היגדים של מאמץ. כלומר, הנטייה של הגבר הייתה לומר: "אני טוב במקצוע הזה, וזו הסיבה להצלחתי" (יכולת); והנטייה של האישה הייתה לומר: "הקדשתי תשומת לב רבה בשיעורים, וזו הסיבה להצלחתי" (מאמץ).

לגבי כישלונות - הדפוס היה הפוך וגברים בחרו בהיגדים של מאמץ לעומת יכולת, יותר מנשים. זאת בהשוואה לנשים שהעדיפו להסביר כישלונות באמצעות היגדים של יכולת, יותר מאשר היגדים של מאמץ. כלומר, הנטייה של הגבר הייתה לומר: "המקצוע הזה לא מעניין אותי, ולכן לא הצלחתי" (מאמץ); והנטייה של האישה הייתה לומר: "אני לא מספיק חזקה במקצוע הזה ולכן לא הצלחתי" (יכולת).

* חשוב לציין שהתוצאות של המחקרים הללו היו משמעותיות יותר במקצועות הריאליים, לעומת מקצועות אחרים בהם הפערים היו קטנים יותר ולעתים לא קיימים.

* המחקרים הללו הצביעו על כך שנשים, יותר מגברים, נוטות לייחס לכישלונותיהן הסברים יציבים, שאינם ניתנים לשינוי בקלות. ייחוסים כאלה גוררים תגובה רגשית חזקה יותר שמשליכה, בין היתר, על תפיסה עצמית וביטחון. לעומתן, גברים מראים נטייה לייחס לכישלון הסברים שאינם יציבים, ובכך 'מגנים' על הביטחון העצמי נוכח כישלון.

מתודה: אוריגמי

לחלק למשתתפות דפים חלקים ולהקריין/לחלק את ההוראות הבאות: (נמצא בנספחים בסוף הקובץ, ואפשר להקריין באמצעות המצגת).
לתת למשתתפות כחמש דקות ליצור את החתול לפי ההוראות.



שאלות לדין

- בהרמת יד : מי הצליחה? מי לא? מי ויתרה באמצע?
- למה הצלחתן?
- למה לא הצלחתן? (ההוראות לא ברורות/אני לא טובה בזה/ זה לא אפשרי / ויתרתי מראש..)

*במצגת המצורפת ישנו הסבר תמציתי ויעיל לתופעה.

אחרי הסברת התופעה ניתן להפנות שאלות למשתתפות:

- איך אתן מגיבות להצלחה וכישלון? יש למישהי דוגמה?
- האם יש קשר לסטריאוטיפי כפי שמתואר?

עצם המודעות לנושא יכולה לאפשר לכל אחת לשים לב לדיבור הפנימי שעולה עם הצלחה/כישלון וללמוד מכך לגבי הדפוס האישי ומה אפשר לעשות במקרים עתידיים (למשל: להשקיע יותר שעות למידה למבחן, להמשיך לנסות גם אם קשה לי זה לא אומר שאני לא יכולה).

סטריאוטיפ גמיש

- האם אתן מכירות דמויות נשיות שלא נשארות חבויות וביישניות? שלקחו סיכון?
- מישהי רוצה לספר על סיכון שהיא לקחה?
- ☒ נשים שלקחו סיכון/לוקחות את הפרונט: נטע ברזילאי, ביונסה – אימפריה כלכלית

מה לעשות?

- לא לפחד לנסות – ג'ניפר לורנס ניהלה מאבק להשוואת השכר שלה לגברים שכיכבו לצידה.
- לנסות, לנסות ושוב לנסות – כשאת פסיבית את מפסידה הזדמנויות.
- לקחת קרדיט על הצלחות.
- לא לפחד לטעות – בתחומי STEM זה מתבקש.
- לבקש קידום.
- לנסות להצטיין.



6. מיעוט ייצוג נשי

הבעיה

- מיעוט של ייצוג נשים בתפקידי מפתח, בזירה הציבורית ובתוכן פופולרי.
- חלוקה חברתית לתפקידים של נשים ותפקידים של גברים.

דוגמאות

מתודה אפשרית: מבחן בכדל

סרטון באנגלית עם תרגום, סרטון בעברית (סרטים ישראליים)

להקרין את הסרטון ולבקש מהתלמידות לחזור על שלושת השאלות שבוחנות את הייצוג הנשי בסרט:

- האם יש בסרט שתי נשים או יותר עם שמות?
- האם הן מדברות אחת עם השנייה?
- אם כן, האם הן מדברות על משהו מלבד 'גברים'?

שאלות לדין:

- למה זה משנה?
* כי אנחנו לומדות ולומדים על העולם גם מתוך התרבות הפופולארית. כל הנשים מדברות כל הזמן רק על גברים? לא. אז נוצרת פה תמונה לא אמינה של המציאות.
* כי מישהו צריך לספר את הסיפור שלנו
- מה הדבר הזה מלמד אותנו לגבי נשים?
* תחומי העניין שלהן מסתכמים בגברים שבעולמן
* הן לא חשובות ברוב תחומי החיים
- איך זה שיש כל כך הרבה סרטים שלא עומדים במבחן?
* ייתכן שכיוון שרוב התעשייה נשלטת על ידי גברים הם מביאים את נקודת מבטם בלי לחשוב על הייצוג הנשי.

הארי פוטר –
הספרים במקור כן עומדים במבחן בכדל, יש שם
דמויות נשיות שמדברות זו עם זו לא על גברים (מולי
ויזלי והרמיוני גריינג'ר), אבל משהו קרה בדרך
בעיבוד של הספר לסרט

נלי תגר, משחקת ב'אחיות המוצלחות שלי' אומרת
שפשוט לא נכתבים כאן תפקידים לנשים, כי גברים
מספרים את העולם שלהם – ואז כשהגיעו כותבות
נשים (נעה ארנברג וגלית חוגי) היא כתבה תפקידים
לנשים.

מתודה אפשרית: אפקט דרדסית



אפקט דרדסית – דוגמה נוספת לחוסר ייצוג נשי. דרדסית, דמות נשית אחת יחידה ללא מאפיינים נוספים למעט היותה אישה. (אפשר להיעזר בתמונה)
כולנו מכירים/ות את הדרדסים. איזה דרדסים יש? דרדס סבא, בר-כוח, בר-מוח, קונדסון... ודרדסית.
*יש לציין כי באחד הסרטים החדשים תיקנו באופן מסוים את העיוות המקורי ומצאו כפר של דרדסיות.

שאלות לדין:

- איזה מסר עובר? לכל דרדס יש את התכונה המייחדת אותו ודרדסית מייצגת את כל הנשים, כי כולן אותו דבר. אישה.
- באיזה גיל צופים בדרדסים? מגיל מאוד צעיר המסרים האלה עוברים בלי שנשים לב להשפעה שלהם עלינו.

מתודה אפשרית: התאמת אחוזים (ייצוג נשים במרחב הציבורי)

למנחה: בנספחים ישנה טבלה עם נתונים לגבי אחוז הנשים בענפים שונים. יש להפריד את הקטגוריות והמספרים מראש, והמשימה היא להתאים את האחוז להגדרה.

אפשר לעשות זאת כתחרות ולחלק את הקבוצה ל- 2-3 תת קבוצות, זה בד"כ לוקח יותר זמן, אבל עשוי להפחית אבטלה סמויה ויכול לתת מקום למשתתפות שקטות יותר

שאלות לדיון: (לאחר התאמת הנתונים)

- מה אתן חושבות על הנתונים?
- יש משהו שהפתיע אתכן?
- למה זה בכלל חשוב שתהיינה נשים בצמתי קבלת החלטות?
- * כי נשים מהוות מחצית מהאוכלוסייה ומישהו צריך לספר את הסיפור שלנו ולייצג אותנו
- יש מישהי שמצאה את עצמה בסיטואציות שהשאר היו רק בנים? איך הרגשת?
- הייתן רוצות להיות בתפקידים בהן אתן במיעוט?
- העובדה שאין הרבה נשים בתפקידים מסוימים משפיעה על ההחלטה שלך אם לכוון לשם?
- אם היו יותר מודלים לחיקוי זה היה עוזר?
- למה זה בכלל חשוב באקדמיה?

כפי שאמרנו, סטריאוטיפים הם הגדרות תלויות חברה ותרבות ולכן הם גמישים ומשתנים בהתאם לזמן ולמקום.
למשל:

- תכנות היה בעבר מקצוע נשי.
- בבתי ספר בהם יש מגמה מדעית אחת של ביולוגיה – רוב התלמידים בה יהיו בנים, ואילו בבתי ספר בהם יש מגמות נוספות דוגמת כימיה, פיזיקה ושאר מקצועות STEM, בהם יהיה רוב גברי, וביולוגיה, שנתפשת כ'מדע רך' יהיה רוב נשי – כלומר – ביולוגיה לא שייכת רק לבנים או רק לבנות.
- באקדמיה היו בשנת 2012 25% חברות סגל, היום המספרים עומדים על 32%.
- רק ב 2011 מונתה אלופה בצה"ל, אורנה ברביבאי (בתחומי משאבי אנוש), היא השתחררה מאז ועוד לא מונתה אלופה אחרת.
- כדורגל – בישראל כדורגל הוא משחק מאוד גברי, ולראייה יש בישראל רק 3% נשים לעומת גברים, בעוד שבארצות הברית כדורגל הוא משחק של נשים (בעוד פוטבול הוא משחק גברי)

מה אפשר לעשות?

- לחשוב לפני בחירות (של מגמות, לימודים באוניברסיטה, חוגים אחרי הצהריים) האם אני בוחרת בחוג כי אני רוצה אותו, והאם אני נמנעת מלבחור חוג כי אני אהיה בו בת יחידה?
- העדפה מתקנת – מה אתן חושבות על זה?
- להירשם חוג יחד עם חברות נוספות
- לעקוב אחרי מודלים לחיקוי – כתיבה נשית, רצות לבחירות המקומיות, אמהות שעושות בחירה לא סטריאוטיפית ועוד...

7. מוח וביולוגיה

מוח נשי ומוח גברי - האמנם? - המוח האנושי הוא פסיפס של תכונות המקושרות לגבריות ונשיות. עדיין אין ידע מלא על המוח אבל מה שכן ידוע הוא שהמוח הוא איבר גמיש המשתנה כל הזמן בהתאם לפעילות והתכנים אליהם אנחנו נחשפים/ות. קשה מאוד למצוא מישהי/מישהו שהם '100% מוח גברי' או '100% מוח נשי' - יש פסיפס של מבנים במוח וגם אם לחלקם יש הבדלים ממוצעים בין המינים (אם כי קטנים, ראו נקודה 2), כמעט אף אחד לא נמצא באופן עקבי באותו צד של ההתפלגות.

למנחה: לפני העלאת הנושא בקבוצה, מומלץ לצפות בהרצאתה של פרופ' דפנה יואל ([קישור לחיץ להרצאה](#)) בניגוד לחלקים אחרים – פה אנחנו לא טוענות את הבעיה המוצגת, אלא יותר עונות לטענה.

הבעיה

- ישנה תפיסה מוטעית, שיש מוח גברי ומוח נשי וההבדלים בתכונות וכו' הם ביולוגיים.
- הנחה מוטעית, שנשים יותר טובות/גרועות בתחומים מסוימים כי זה מבנה המוח שלהן.

טענות שעשויות לעלות מהמשתתפות:

- יש הבדל ולכן יש סטריאוטיפ ('אבל בנות באמת לא טובות בתכונות זה לא סתם סטריאוטיפ') - לפעמים מספיק לתת את המידע על איך זה במציאות בשביל להמשיך הלאה.
- יש הבדל והוא טבעי / צריך להיות ככה / מגיע מהמוח ('באופן טבעי בנות נקיות יותר לכן נותנים להן לנקות בבית').



תשובה מפורטת:

- לא תמיד יש הבדל - הרבה פעמים סטריאוטיפים בכלל לא מבוססים על המציאות. דוגמאות:
 - מבחני IQ לא מוצאים הבדל ביכולות מתמטיות בין נשים וגברים (יכולות ורבוליות ותפיסה מרחבית כן מוצאים הבדלים קטנים בממוצע)
 - נשים עושות פחות תאונות לכן דווקא אפשר לומר שהן נוהגות טוב יותר, לעומת התפיסה הסטריאוטיפית שנשים פחות טובות בנהיגה.
 - כל הדוגמאות של מציאות משתנה טובות לזה- גם אם בחברה שלנו משהו נכון עצם זה שבמקום/זמן אחר זה לא היה נכון כבר מראה שההבדל לא חייב להיות קשור למוח בכלל.
 - הבדלים שכן מוצאים במוח מדברים על הבדלים בממוצע ברצף רחב של אפשרויות, לא על משהו שאפשר לחלק לקטגוריה 'גברית' או 'נשית'. איברי מין הם או זכריים או נקביים (ברוב גדול של המקרים), ואין כל כך משהו באמצע. זה ממש לא נכון לגבי תכונות אישיות או לגבי מבנים במוח - לדוגמה - גם אם נשים יותר מסודרות בממוצע (אני אפילו לא יודעת אם זה נכון), זה בממוצע, ויש המון נשים ממש מבולגנות והמון גברים ממש מסודרים.
- כשהבדלים כל כך קטנים בממוצעים זה כמעט לא ישפיע על המציאות היום יומית, ומעבר לזה - בעצם זה שאנחנו נותנות לזה כותרת והופכות את זה לסטריאוטיפ אנחנו יוצרות מציאות (ראו את הנקודה הבאה).

מתודה אפשרית: הבדלי גובה בממוצע

למנחה: יש להכין מראש נתונים על גבהים בגיל המתאים לקבוצה.

נסתכל על הבדלי גובה -עבור בנים בגיל 15 הגובה החציוני הוא בערך 1.68 מ' ועבור בנות באותו גיל הוא בערך 1.63 מ'. תסדרו את הבנות בכיתה על פי גובה מהנמוכה לגבוהה ותמצאו בין מי למי עובר 1.68 מ'. אותן בנות (אמורות להיות 15% ע"פ משרד הבריאות, אז זה טיפה סכנה בקבוצות קטנות) יותר גבוהות מ-50% מהבנים באותו גיל, ובאותו אופן יהיה להן קל לחשוב על הרבה בנים יותר נמוכים מ-1.63. זה מראה כמה חפיפה יש בין ההתפלגויות האלה, ובמוח זה הרבה הרבה יותר חופף בכל מדד שמסתכלים עליו.

* תתאימו את זה לגיל של השכבה הרלוונטית - נתונים ב:

<https://www.health.gov.il/Subjects/KidsAndMatures/Pages/curves.aspx> (מה שאתן צריכות הוא את



הקו הירוק בגרף של גובה של בנים - תבדקו איפה זה חותך את הגיל הרלוונטי)

- המוח הוא איבר נורא גמיש - זה כמו שריר שאם תתאמן הוא יגדל. אם נתאמן בלהתאים לסטריאוטיפ זה יצור מציאות שבה באמת נתאים. יש כלל חשוב במדעי המוח 'what fires together wires together' - הכוונה היא שאם נורונים יפעלו ביחד הם יהיו קשורים יותר, ככל שאנחנו עושים משהו יותר המוח שלנו משתנה לכיוון הזה, וזה משמעותי פי כמה בגילאים צעירים, לכן גם אם יש הבדל היום אי אפשר לדעת שהוא באמת חייב להיות ככה, זה יכול להיות עניין סביבתי שגרם לזה.

דוגמאות

התנהגות "נשית" ו"גברית"

- אם מגיל צעיר בנות ישמעו יותר הערות על סדר וארגון הן באמת יהיו יותר מסודרות עד הגיל שלכן (ואפשר להתאים את הנקודה הזו לכל תכונה שעלתה...)
(זו הזדמנות טובה לסיפורים אישיים - למשל סיפור של מנחה בעמותה: הכתב של דניאל לא כל כך קריא, כי אף אחד לא העיר לו על זה מגיל צעיר אז הוא לא שינה כלום. עכשיו הוא מבוגר שכותב באופן יום יומי דברים שהוא רוצה שאנשים יוכלו לקרוא (הוא מורה), וזה ממש מפריע לו. אז באמת יש לו כתב לא קריא, אבל זה נובע מהדרך בה חינכו אותו, זה לא היה חייב להיות ככה.

יש גם עדויות ישירות להשפעות של הסביבה על המוח

- מחקר שנעשה הראה שהאזור האחראי על ניווט במוח יותר גדול אצל נהגי מוניות בלונדון (לא סביר שהם הלכו להיות נהגי מוניות בגלל שהוא גדול, זה משהו שגדל עם האימון)
- תינוקות נולדים עם היכולת להבחין בהברות של כל השפות, אבל עד גיל שנה היכולת מדרדרת ומתאימה רק לשפה שדיברו סביב התינוק (אז למשל תינוק מערבי יכול להבחין בין הברות בסינית אבל היכולת הזו מדרדרת) - המוח שלנו נולד גמיש אבל מתקבע על ההברות של השפה של הוריו בגלל שזה מה שהוא נחשף אליו.
- אינטראקציה של סביבה ותורשה: יש מוטציה גנטית שמעלה את הסיכוי שלך להיות אנטי סוציאלי, אבל היא 'תיכנס לפעולה' רק אם התעללו בך כילד צעיר.
- יש עוד מלא דוגמאות - מוזמנות להוסיף

מתודה אפשרית: שיוך תכונה למגדר

נדגים את זה באמצעות תכונות - יש תכונות שיש בהן הבדלים בין גברים ונשים, אבל לרובנו הגדול יהיו גם כאלה וגם כאלה. נקריא רשימה של תכונות שנחשבות נשיות וכל מי שמסכימה שהיא עונה על התיאור שהקראנו מרימה יד ואז נקריא רשימה של תכונות גבריות ונעשה אותו דבר - רוב הבנות ירימו ידיים גם כאן וגם כאן, הן תואמות למגוון רחב של תכונות לא רק למה שנחשב נשי. זה בדיוק אותו גם כשמדברים על דברים שקשורים ישירות למבנה המוח (גודל אזורים, קישוריות וכו') - רוב המוחות היו מרימים יד בשתי הרשימות.

למנחה: להכין רשימת תכונות להדגים שכולנו ממש הטרוגניים.

דוגמאות:

- אני אוהבת לראות טלנובלות (נשי)
- אני אוהבת לשחק משחקי מחשב (גברי)
- אני אוהבת כשהחדר שלי מסודר (נשי)
- אני אוהבת סרטי מדע בדיוני ומתח (גברי)
- אני אוהבת לבשל (נשי)
- וכו'

לפעמים אמירות על הבדלים בין גברים ונשים הן פסאודו-מדע, ולכן חשוב **לשפוט בביקורתיות כששומעים על דברים כאלה בתקשורת**. מאוד נפוץ שיש ממצא אמיתי ואז מנפחים אותו בתקשורת (או שהמדענים עצמם מגזימים בפרשנות). למשל:

1) עדכני - מחקר שהראה הבדלים ספציפיים בקישוריות במוח בין גברים ונשים וטען מתוך זה שנשים יותר טובות במולטיטסקינג וגברים צריכים להתמקד במשהו אחד. **אין לנו שום ידע מדעי שמקשר בין הממצא התקף שלהם לבין הסקת המסקנות הזו.**

2) ישן - במאה ה-19 היה מאוד נפוץ למדוד גולגלות של אנשים ולהסיק מכך על האישיות והתכונות שלהם (זה נקרא פרנולוגיה). בין השאר טענו תומכי הפרנולוגיה שלנשים יש מוח מתאים לגידול ילדים ולדת ולא למדע ואמנות. אולי הם מצאו כמה הבדלים פיזיים במבנה הראש, אבל **אין שום קשר בין זה לבין תכונות אישיות**. (היום מוסכם על כולם שפרנולוגיה היא קשקוש)

מה אפשר לעשות:

- 1) **שינוי התנהגות משנה את המוח** - בא לך להיות יותר X אפילו ש-X נחשב גברי (ואולי באמת גברים יותר טובים בו היום) - פשוט תעשי את זה! תרגול יוביל למומחיות!
- 2) עכשיו אתן יודעות איך לשפוט טענות על הבדלים בין המינים שאתן שומעות בסביבתכן.

8. מקצועות ותחביבים

הבעיה

- יש הסללה מגדרית למקצועות, תחביבים וחוגים מגיל מאוד צעיר.
- "יש לבנות ובנים העדפות שונות" (אנחנו מנסות להבין מה המקור של ההעדפות השונות).

דוגמאות

מתודה אפשרית: הוא והיא – השלמת מילים

המנחה אומרת מקצוע, והמשתתפות צריכות להשלים את המקצוע למגדר השני: **לומר קודם את הרובריקה המלאה, ולהשאיר לקבוצה לענות את המגדר השני.

גבר	אישה	שאלות לדיון:
מורה	מורה	קל להשלים
מנכל	מנכלית	קל להשלים
שחקן	שחקנית	
רב	?	האם רבנית היא המקבילה הנשית לרב? האם רבה היא המקבילה? (רבה הוא כינוי בקהילות רפורמיות בעיקר, רבנית היא אשת הרב)
מזכיר	מזכירה	איך נראה מזכיר? מה הוא עושה? מה עושה מזכיר הממשלה? מה עושה מזכיר בקיבוץ/מושב?
כבאי	?	היום זה לוחם אש, בעבר זה היה כבאי, וכבאית היא רכב הכיבוי לא כבאית אישה
רב חובל	?	יש רבת חובל? רב חובלת?
?	שיננית	מישהי פגשה פעם שינן?

מישהי פגשה פעם מיילד? רופא מיילד יש, אבל 'רק' מיילד?	מיילדת	?
כמה ענו רופאה? כמה ענו אחות?	?	רופא
GANAN זה מי שמטפל בצמחים, גנן GANEN הוא מחנך ילדים קטנים	גננת	?
איך נראה מדען? איך נראית מדענית? אילו מדענים אנחנו מכירות? אילו מדעניות?	מדענית	מדען

מתודה אפשרית: צביעת מקומות בבית ספר

לבקש מהתלמידות לצייר על הלוח בשלושה צבעים אזורים בבית הספר (יכולות גם לכתוב) ולכל חדר/אזור לבחור צבע מאפיין – אחד לרוב נשי, אחד לרוב גברי ואחד ל כמות זהה.

מגרש ספורט	מעבדה	קפיטרייה	פינת עישון	חדר תאטרון
חדר מחול	ספרייה	חדר מורים	חדר אומנות	
חדר מוזיקה	מזכירות	משרד הנהלה	כיתת מב"ר	

שאלות לדין:

- מה מאפיין כל 'קבוצת חדרים' שצבועה באותו צבע?
- למה זה ככה?
- האם אפשר שמגדר אחד 'יקפוץ' לאזור של מגדר אחר?
- האם אפשר לבחור לעבור לתחום של מגדר אחר? אם לא – למה? מה מונע? מה היחס למי ש'קופץ' ת'?
- יש מישהי שרוצה לקפוץ אבל חוששת?
- יש מישהי שקפצה ורוצה לספר על איך זה הרגיש?
- "חדר מורים" - האם יש רוב מורות או מורים בבית הספר? אם יש רוב מורות, למה זה חדר מורים?

מתודה אפשרית: השלמת משפטים

להקריא את המשפטים הבאים במהירות, כל משתתפת כותבת לעצמה את התשובות.

1. רועי הולך לחוג _____
2. בהפסקות בבי"ס מאיה אוהבת _____
3. אלון אוהב בשעורי ספורט _____
4. ריית אוהבת ללמוד _____
5. כשדרור יהיה בצבא, הוא רוצה להיות _____
6. כשתהיה גדולה, לילך חושבת להיות _____
7. שרון הולכת לחוג _____
8. בהפסקות בבי"ס רון אוהב _____
9. מיכל אוהבת בשיעורי ספורט _____
10. יוסי אוהב ללמוד _____
11. כשמור תהיה בצבא, היא רוצה להיות _____
12. כשהיה גדול, עמית חושב להיות _____

איסוף התשובות - לכתוב בטבלה על הלוח את הטבלה הבאה (ללא מספרי השאלות) ולעבור על השאלות לפי הסדר (אפשר בסבב, אפשר להסתפק רק בחלק מהתשובות, העיקר להגיע לתמונה כללית) ולמלא את תשובות המשתתפות.

בנים	בנות	
1	7	חוג
8	2	הפסקה
3	9	שיעור ספורט
10	4	לימודים
5	11	צבא
12	6	מקצוע

שאלות לדיון:

- האם התאמנו את תחומי העניין לפי המגדר? האם עשינו זאת באופן מודע?
 - לאיזה חוגים אתן הולכות? **אילו מיומנויות החוג הזה מלמד??**
 - **איזה ספורט אתן אוהבות לעשות? אילו מיומנויות הספורט הזה מלמד??**
 - אילו מקצועות אתן אוהבות?
 - איזו מגמה אתן רוצות לבחור? האם הרוב בוחרות אותו הדבר? אם כן, האם זו בחירה אישית או שזה מושפע מציפיות החברה? איך יודעות?
 - מה אתן רוצות לעשות בצבא?
 - האם זה חייב להיות ככה?
 - מה משפיע על הרצון שלכן?
 - האם יש משהו שהיית רוצה לעשות ולא עושה? (דוגמה של המנחה אם יש).
 - מה עלול להפריע לכן בדרך?
 - איך תתייחסו למישהי שתעשה משהו שלא מתאים ל"בנות"?
 - **למה כל בחירה מחנכת אותנו? אילו תכונות אנחנו לומדות כשאנחנו משחקות כדורגל? אילו תכונות אנחנו לומדות כשאנחנו מציירות?**
 - שאלת בונוס - איך מתייחסים לגברים ולנשים באותו המקצוע? הגבר הוא התפקיד המקצועי יותר - מבשלת/טבחית - שף, תופרת-חייט.
- ☒ אנחנו לומדות 'תפקידי מגדר' מגיל מאוד צעיר, בבית, בבית ספר, בתרבות פופולרית - (אפשר לשאול אותן מאיפה לומדות). חשוב שנשים לב לבחירות שלנו ונקשיב לרצון האישי, אם הוא תואם לסטריאוטיפ או לא תואם, כל דרך לגיטימית.

סטריאוטיפ גמיש

- מרידה הנסיכה ב'אמיצה' - חינוכו אותה לתפקיד מסויים, אבל היא בחרה אחרת.
- נשים חרדיות לומדות מקצוע ולא רק לימודי קודש - כי מהן מצפים לכלכל ולפרנס את המשפחה.
- כדורגל בארה"ב - זה נחשב ספורט פחות אלים מבייסבול, שהוא המשחק הגברי בארצות הברית.
- בלט, בניגוד למה שחושבים, הוא לא רק עדינות, אלא גם המון כח - אלו אימונים מאוד ארוכים והריקוד מאוד קשה

מה אפשר לעשות

- לחשוף ילדים וילדות כבר מגיל צעיר לתחומי עניין שמפתחים מגוון כישורים – לא רק עדינות, סדר וניקיון, אלא גם שיתוף פעולה, פעילות גופנית ואסטרטגיות.
- לחשוב על מודלים לחיקוי שהן לא בהכרח 'תואמות סטריאוטיפי מגדרי' – שחר פאר, אלונה ברקת..
- לייצר תוכן פופולרי שאינו בהכרח תואם מגדר – כמו מואנה, אמיצה..
- כשאת בוחרת חוגים/ מגמות/ שירות צבאי, זכרי את ההשפעות החיצוניות ונסי להיות נאמנה לעצמך.
- תני לאחרים/ות סביבך לבחור מה שנכון להם/ן.
- לצאת מהקופסא – אמה ווטסון – בתשובה לשאלה 'אבא שלי אמר לי שבנות לא יכולות להיות מהנדסות – מה לעשות? היא ענתה "להיות מהנדסת".
- ***נשמח לשמוע על פתרונות נוספים לחלק הזה***

9. מודל היופי

החלק הזה הוא החלק שהכי מורכב עד בלתי אפשרי להעביר ללא מצגת, ולכן רובו יורכב משימוש בשקפים

בעיה

- יש מודל יופי די אחיד ובלתי מושג לרוב, והמחיר הוא:
- אי קבלה חברתית של מי שלא מתאימה לו במאה אחוז.
- ניסיונות אישיים להתאים לו ככל האפשר, תוך תשלום מחירים – זמן, כסף, בריאות פיזית, בריאות נפשית ועוד.

למנחה: אם הן לא מסכימות שיש משהו אחיד – אפשר להראות להן את שקף נסיכות דיסני, או ישר לדלג למתודה הבאה שתראה להן שיש מודל יחסית אחיד.

דוגמאות:

מתודה אפשרית: שקף נסיכות דיסני

- איך נראות נסיכות דיסני?
- האם יש מודלים מגוונים של נשים?
- מה זה מלמד אותנו לגבי נשיות ומראה של אישה?

גם עם טרנדים כמו טוסיק גדול (והשתלות סיליקון להגדלה שלו!) אפשר לראות שיש "חוקים" - רק אם את רזה בשאר המקומות. כנ"ל לגבי הרחבת מודל היופי למידות גדולות יותר - זו התחלה מצוינת, אבל עדיין יש צורה מסויימת של אישה שמנה שמתקבלת כיום, ולא כל הצורות באמת.

מתודה אפשרית: איך נראית אישה יפה?

שאלה למשתתפות: איך נראית אישה יפה? (אפשר לכתוב את התשובות על הלוח, אפשר להזמין אותן ממש לצייר אותה).

קריטריונים להתייחסות:

רזה/שמנה, איפה יש שומן (חזה? ישבן? בטן?)

שיער גוף (באילו מקומות כן ובאילו לא), שיער ראש – צבע, אורך, חלק/מתולתל/גלי?
גובה

צבע עור (בהיר/כהה? שיזוף?), צבע עיניים ושיער

סטריאוטיפ גמיש

מתודה: מודלים של יופי בזמנים שונים

מודל היופי הוא מציאות משתנה בהתאם לזמנים ולמקומות.

- אתן חושבות שמה שיפה היום תמיד היה יפה, או שזה משהו שמשתנה?

- האם מה שיפה אצלנו נחשב יפה גם במקומות אחרים?

שקפים:

- **לואי ה-14 ובינוסה** - לואי ה-14 לובש גרביונים, עקבים, פאה. עקבים בתחילת דרכם נועדו לגברים אצילים (כדי להרים אותם מעל ההמון ומעל הרחובות מלאי קקי וזוהמה). היום עקבים זה נשי.
- **מרלין מונרו, טוויגי וכרזה לעידוד עלייה במשקל!** - כולן בטח יזהו את מרלין מונרו, שבשנות ה-50 נחשבה לסמל נשיות. משמאלה, יש דוגמה לכרזה מהשנים האלו שניסתה למכור לנשים כמוסות של שמרים כדי לעזור להן להשמין כדי שיהיו נשיות כמו מרלין מונרו. מימין יש תמונה של טוויגי - דוגמנית על משנות ה-60, שהיא רזה מאוד מאוד. סביר להניח שכל הבנות יגיבו בגועל, ולכן חשוב להדגיש להן - זו דוגמנית על של אותה התקופה.
- **קשירת אצבעות רגליים בסין, האבסה במאוריטניה** - רגליים קטנות בסין נחשבות כתכונה נשית ויפה, לעומת זאת במאוריטניה, שומן וסימני מתיחה נחשבים ליפים ולכן מאביסים את הנשים.



האם יש פה בכלל בעיה?

● כל אחת רוצה להיות יפה ומקובלת, מי רוצה להיות חריגה?

☒ הבעיה היא שזה גובה מאיתנו מחיר.

● בחברה שיש מודל יופי מקובל אחד, איזה מחירים זה גובה מאיתנו?

● על מה אתן יכולות לחשוב?

נקודות לדיון:

● מוצרי טיפוח עולים המון כסף. ביגוד חדש..

● חוסר הערכה וקבלה עצמית - אני פחות מקבלת את עצמי אם אני מנסה כל הזמן לשנות את עצמי.

● כאב פיזי - הורדת שיער, דיאטות, חימצון, החלקה (כוויות).

● אם אני לא מתאימה לאידיאל - אני מתקשה לאהוב את עצמי?

● מה אני מונעת מעצמי כדי להתאים למודל היופי?

● האם אפשר בכלל לבחור לא להישמע למודל היופי? יש לזה מחיר - מה המחיר? האם אנחנו יכולות לא

להוריד שערות? האם יש פתרונות ביניים (לא מוכנה להוריד שערות במפשעה, ולכן הולכת עם מכנסון, כי

מפחדת מהערות מהסביבה).

● האם זו בכלל נחשבת בחירה אמיתית?

● על מה אנחנו מוותרות - כשאנחנו מוציאות כסף וזמן על טיפוח? (זמן לתחביבים, כסף לדברים אחרים)

● לכיתה מתקדמת - יש הרבה נשים שלא רוצות להיכנס להריון כי הן חוששות שלא יצליחו לחזור למשקל,

או שהחזה יפול. לצד המחיר הזה, יש גם רווח בהבאת תינוק לעולם, בד"כ זה אירוע משמח.

מה אפשר לעשות?

☒ זה בסדר, הגיוני ולגיטימי לרצות להיראות יפה. יש בזה גם רווחים (הרגשה טובה, קבלה חברתית, הון חברי),

לצד המחיר. השורה התחתונה שלנו היא שצריך להיות מודעות שיש לזה מחיר, ולהחליט אילו מחירים כל אחת

מוכנה לשלם.

אפשר מידי פעם לעצור ולחשוב - האם אני רוצה לשנות את סדר העדיפויות שלי?



מתודה אפשרית: מבט פנימה

כל אחת כותבת על פתק מה הכי חשוב לה מכל הנקודות שהועלו (להיות יפה, שלא יהיה לי כואב, שיהיה לי יותר כסף) – מערבבות וכל אחת לוקחת פתק מהערימה ☒ לכל אחת יש סדר עדיפויות שונה.

- האם הרוב בכיתה רוצות את אותו דבר?
- מה הדבר הכי חשוב לדעתנו?
- האם זה באמת הכי חשוב?
- האם יש משהו שיגרום לי לחשוב אחרת?

10. סיכום

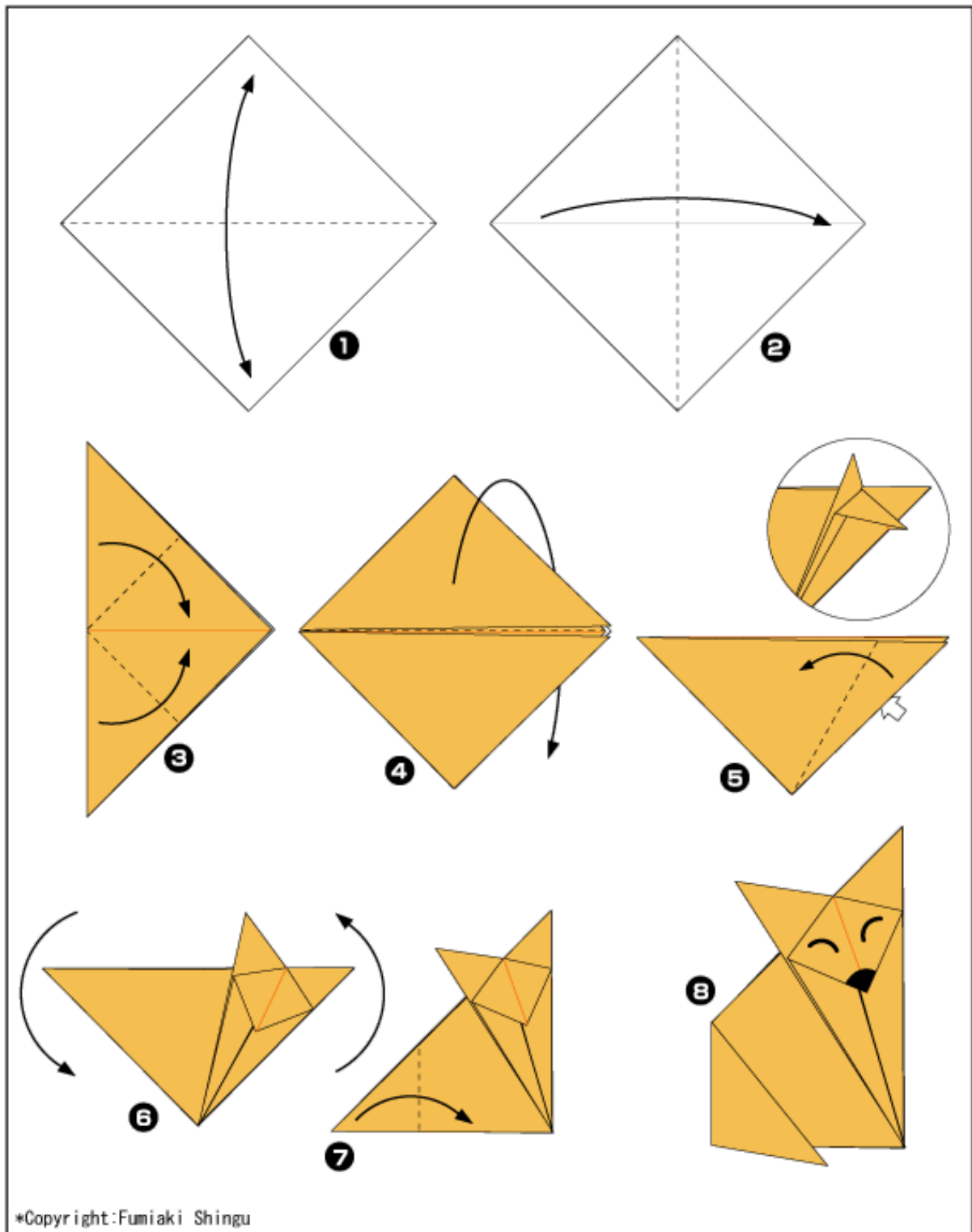
בסדנה זו דיברנו על הסטריאוטיפ הנשי וראינו איפה הוא בא לידי ביטוי בחברה שלנו כיום ומה השפעות הסטריאוטיפ על הבחירות שאנחנו עושות, ההתנהגות שלנו ועל חיינו בכלל.

כדאי לציין בנקודות את הדברים המשמעותיים שעלו בכיתה.

זיקוק המסר: "יש הרבה דרכים להיות אישה, להיות מי שאני בעצם, אולי בסיטואציות מסוימות מתאים לנו לפעול לפי הסטריאוטיפ, אבל יכול להיות שלפעמים זה דווקא בסדר להשתחרר ממנו קצת. ואם מישהי מחליטה שמתאים לה לצאת מהסטריאוטיפ, אפשר לפרגן לה על זה."

- שימי לב לבחירות שלך - כל בחירה היא נכונה, אם היא נכונה עבורך.
- התאמה או אי התאמה לסטריאוטיפ מגיעות עם מחירים ורווחים בכל בחירה. תעשי מה שטוב לך ותאפשרי לחברות שלך לעשות מה שטוב להן.
- לקבל יציאה מהציפיות החברתיות ללא שיפוטיות.
- לתמוך במי שבחרת לעשות דברים לא בהתאם לציפייה החברתית.
- להקשיב לעצמי ולהיות נאמנה לרצונותי.
- להרשות לעצמי להתנסות בדברים שחששתי לעשות בגלל שחשבתי "מה יגידו".

"אישה לא נולדת אישה, אלא נעשית אישה" סימון דה בובאר



51%	נשים באוכלוסייה
28%	נשים בכנסת
0%	נשים בדרגת אלוף בצבא כיום (דרגה מתחת לדרגת רמטכ"ל, שזו הדרגה הגבוהה ביותר בצבא)
6%	נשים המנכ"ליות בישראל (המנהלת הכי בכירה בחברה)
32%	נשים שהן סגל בכיר באוניברסיטאות בישראל
0.4%	נשים שהן בימאיות קולנוע בהוליווד
34%	נשים המנהלות בישראל
36%	נשים בהיי-טק בישראל
3%	נשים בענף הכדורגל בישראל

הנתונים אינם עדכניים, מומלץ לעדכן את הטבלה לפני השימוש בה.