



## מערך שיעור – "סמים לזה סוף" – חיילים

### 1. רציונל

תופעת השימוש בסמים הינה תופעה רווחת בקרב צעירים ומבוגרים בכל העולם, וגם בקרב חיילים בשירות פעיל. כבכול התנהגות אנושית, גם לשימוש בסמים אין גורם או מניע ספציפי אחד שמוביל לשימוש, שאותו ניתן להכליל על כלל האוכלוסיות. גורמים אלו יכולים להיות ביולוגיים- תורשתיים, חברתיים, משפחתיים, אישיותיים-נפשיים ועוד. לכל אלה, במקרה של חיילים בשירות פעיל – מצטרפים גורמי סיכון רבים האופייניים לשירות בצבא, כמו חשיפה למראות קשים, פגיעה, מוות של חברים לנשק, תנאי שירות קשים, לחץ, מרחק מהבית ועוד.

**בהתייחס לחיילים בשירות פעיל, לשימוש בסמים במהלך השירות עשויות להיות השלכות שליליות חמורות, הן בטווח הארוך והן בטווח המיידי, על בריאותם הפיזית והנפשית של החיילים, על רמת הכשירות המבצעית שלהם, ועל רמת הביצוע ורמת המשמעת הגבוהה הנדרשת במסגרת הצבאית.**

2. מטרת העל: החייל יכיר את הגורמים לשימוש בסמים ואת השלכות השימוש בהם בקרב חיילי צה"ל ויעמיק באחריותו האישית והחברתית בנושא.

### 3. מטרות ביניים:

- א. החייל יגדיר מהם "סמים" ויכיר את השפעותיהם על גוף האדם.
- ב. החייל יכיר את הגורמים לשימוש בסמים.
- ג. החייל יכיר את שלושת מעגלי החשיפה לסמים.
- ד. החייל יבין מה הם המאפיינים הייחודיים של שירותו הצבאי שעלולים להגביר את הסיכון לשימוש בסמים.
- ה. החייל יבין כי השימוש בכל סוגי הסמים אסור במסגרת השירות, ובכלל זה גם השימוש בקנאביס.
- ו. החייל יבין את הסיכון של שימוש בסמים במהלך השירות הצבאי בהקשר לשלושת המעגלים: הפרט, המשימה ואמון הציבור.
- ז. החייל יבין את אחריותו האישית והחברתית בנושא השימוש בסמים.

4. אוכלוסיית יעד: חיילי חובה

5. גורם מעביר: מ"פ ומעלה

6. עזרים: מצגת וסרטונים



## מהלך השיעור:

### 1. שקופית 1 – "סמים לזה סוף":

הצג תחילה את הנושא והסבר את מטרות השיעור ואת סיבת העיסוק בנושא זה.

### 2. שקופית 2 - ציטוט הרמטכ"ל:

ציטוט זה נלקח מתוך הועדה למיגור סמים ואלכוהול בצה"ל שנערכה בינואר 2020. מטרת הופעתו של הציטוט בפתיחת השיעור הינה לחדד את חומרת המדיניות הרמטכ"לית לצורך הרתעה והסברה ולתת תוקף לנתונים ולמדיניות שיוצגו בהמשך.

### 3. שקופית 3 – סרטון פתיחה:

בסרטון מוצגות כתבות בנושא שימוש בסמים בצה"ל. מטרת הסרטון היא להעלות את המודעות לתופעת השימוש בסמים ולהשלכותיה על המשימות הצבאיות ועל תדמיתו של צה"ל.  
**הסבר:** האירועים הנ"ל הינם אירועים שהתרחשו בסביבה נורמטיבית לחלוטין. הם אירועים **אירוע חריגים**, אך אינם אירועים נדירים – אירועים מסוג זה עלולים להתרחש בכל אחת מיחידות צה"ל.

### 4. שקופית 4 – מטרות השיעור:

הצג בפני החיילים את המטרות השיעור:

- א. החייל יכיר את מדיניות צה"ל ואיסור השימוש בסמי במסגרת הצבאית, ובכלל זה גם איסור השימוש בקנאביס.
- ב. החייל יבין את הסיכון של שימוש בסמים במהלך השירות הצבאי בהקשר לשלושת המעגלים: הפרט, המשימה ואמון הציבור.
- ג. החייל יבין את אחריותו האישית והחברתית בנושא השימוש בסמים.

### 5. שקופית 5 – מבנה השיעור:

**הסבר:** השיעור יתחלק לשלושה חלקים:

- א. חלק ראשון – פתיחה : תופעת השימוש בסמים, מאפיינים ונתונים.
- ב. חלק שני – הסמים בצה"ל: השלכות השימוש בסמים בצה"ל (הפרט, המשימה ואמון הציבור בצה"ל).
- ג. חלק שלישי – סיכום והתייחסויות: מהי האחריות שלנו? דרכי פעולה והתמודדות עם תופעת השימוש בסמים, בדגש על האחריות האישית.

### 6. שקופית 6 – סמים "על מה אנחנו מדברים?":

- א. **שאל:** אז מה הם סמים? על מה אנחנו מדברים?
- ב. **תשובות אפשריות שיעלו:** חומר ממכר, חומר מסוכן, משהו כיף, ישיבות עם החבר'ה, טבק, חשיש, וויד, ירוק, פייסל, חום, מריחואנה, סטלה, תפיסת ראש וכד'.
- ג. **הסבר – מידע למפקד:** סמים אלו 'חומרים פסיכואקטיביים' משני תודעה, אשר ביניהם נכללים בין היתר: אקסטזי, הרואין, קוקאין, אל.אס.די, סמי פיצוציות ועוד.  
אנו נתמקד בנפוץ מבניהם-הקנאביס, או בשמותיו הנפוצים – וויד/חשיש/גראס. **החומרים המוצגים אמנם שונים מאוד בהרכבם ובאופן השפעתם אלה מאלה, אך המשותף להם (זהו הדגש העיקרי בחלק זה) הוא**



**שצריכתם אינה נועדה למטרות הזנה או ריפוי, כי אם למטרת שינוי התודעה, או השפעה עליה – ומכאן**

**שם.**

ד. **שאל:** האם כל מה שאנחנו "יודעים" על שימוש בסמים אכן מבוסס על עובדות?

ה. **הסבר:**

השיח הציבורי המדבר על אי הפללה (דה קרמנליזציה), לגליזציה ומדיקליזציה (שימוש בקנאביס לצרכים רפואיים) גורם לבלבול ולפער בין מה שקורה באזרחות לבין מדיניות והנחיות הצבא. בהמשך נציג אמונות שגויות שרווחות בקרב חיילי צה"ל.

#### 7. **שקופיות 9-7 – רצף השימוש בקנאביס:**

א. **מעולם לא נעשה שימוש – אוכלוסייה החשופה לשימוש בקנאביס החל מחשיפה במדיה דיגיטלית, או**

חברים משתמשים, אך לא ביצעה שימוש בקנאביס מעולם.

ב. **שימוש חד פעמי, שימוש מזדמן, שימוש קבוע – אוכלוסיית המשתמשים בתכיפות שונה. זוהי**

האוכלוסייה עימה נדרשים המפקדים להתמודד. לאורך המערך נתמקד באוכלוסייה זו ובאחריות המפקדים לאיתור ומניעת השימוש.

ג. **התמכרויות – השימוש מוגדר ככרוני וכהפרעה מאובחנת.**

#### 8. **שקופיות 15-10 – הגורמים לשימוש בסמים:**

א. **הסבר:** בישראל, הגיוס לשירות חובה מתרחש בשיאו של שלב "ההתבגרות המאוחרת".

שלב זה נפרס על פני הגילים 16-25 ומהווה חלק אינטגרלי מגיל ההתבגרות. גיל ההתבגרות, על כל שלביו,

הינו תהליך התפתחותי המציין את המעבר מילדות לבגרות, והוא מאופיין בשינויים פסיכולוגיים

וחברתיים מהירים וכן במאמצים של המתבגרים להתעמת אל מול אתגרים קשים, במטרה לעצב ולבסס

את זהותם ועצמאותם. תקופה דינמית זו מאופיינת גם בעלייה בנטייה ללקיחת סיכונים, ובעלייה

בשכיחותן של התנהגויות המכונות בספרות המקצועית "התנהגויות סיכוניות" הכוללות בין היתר

**שימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים.**

ב. **הגורמים לשימוש בסמים הם:**

- סקרנות

- קונפורמיות חברתית – הרצון להשתלב בחברה כתוצאה מלחץ חברתי סמוי

- שיפור מצב הרוח – לרוב במצבי דיכאון

- בילוי והפגה – "לתפוס ראש"

- התמודדות עם קשיים חברתיים ונפשיים (אסקפיזם) – בריחה מהתמודדויות

#### 9. **שקופיות 27-16 – המאפיינים הייחודיים של השירות הצבאי שעלולים להגביר את הסיכון לשימוש**

**בקנאביס:**

הגיוס לצבא מתרחש בגילאי 18-20, שיאו של שלב ההתבגרות המאוחרת, שלב התפתחותי המאופיין בין היתר

בעלייה בנטייה ללקיחת סיכונים בתעוזה, ובעלייה בשכיחותן של התנהגויות שמכונות "מרד נעורים".

הצרכים והרצונות האופייניים לגיל ההתבגרות (כגון הרצון להיות ייחודיים, הצורך באוטונומיה, והשאיפה

לעצמאות) עלולים לעמוד בסתירה מוחלטת לחלק ממאפייני השירות הצבאי. מצב שכזה עלול להוות גורם

לחץ משמעותי בחיי החיילים הצעירים.



**מאפייני השירות הצבאי:**

- א. מערכת תובענית הדורשת משמעת וציות לפקודות
- ב. היעדר פרטיות
- ג. טשטוש סממנים חיצוניים המבחינים בין אינדיבידואלים
- ד. שיבוץ לתפקיד צבאי לעיתים תוך כפייה או ענישה
- ה. שינוי בתנאי המחיה - ריחוק מהבית והמשפחה ומגורמי תמך מוכרים
- ו. חשיפה ללחצים פיזיים ונפשיים נוספים - שירות בתנאים פיזיים וסביבתיים קשים של מחסור בשינה ומזון ועבודה מאומצת לאורך שעות רבות ללא מנוחה, התמודדות עם מראות קשים, מוות או פגיעה של חברים לנשק.
- ז. שינויים בפעילות החברתית - קשר אינטנסיבי כפוי עם בני גיל לא מוכרים ושלא נבחרו באופן חופשי
- ח. התמודדות עם אחריות, רמת משמעת ודרישות ביצוע ברמה גבוהה
- ט. התמודדות עם מקצוע חדש
- י. התמודדות מול גורמי סמכות פיקודיים

**מרבית החיילים מתמודדים היטב עם קשיים אלה.**

**10. שקופיות 28-31 – שאלות לדין:**

**שאלות לדין:**

- א. כיצד ניתן להתמודד עם הקשיים העשויים להתעורר בשירות הצבאי?  
ניתן להתמודד בעזרת: קשר יציב עם ההורים, מוטיבציה לשירות, צדקת הדרך, שיחות עם המפקד האישי, הסגל הפיקודי וחברים טובים. פנייה לגורם מוסמך כגון- קב"ן, - חייל שמרגיש מצוקה ומעוניין לקבל טיפול חייב לפנות למפקדו שיפנה אותו לגורמים הרלוונטיים. **לא לפחד לבקש עזרה!**
- ב. ערבות הדדית – אם אני שם לב שחברי למסגרת מתמודד עם קשיים, כיצד אוכל לסייע לו?  
ערך הרעות – "החייל יפעל מתוך אחווה ומסירות לחבריו לשירות, ויחלץ תמיד לעזרתם כשהם זקוקים לו או תלויים בו, חרף כל סכנה וקושי, עד כדי חירוף הנפש" (מתוך רוח צה"ל). על החייל חלה חובת ההיחלצות לעזרה והדיווח לרמה הממונה.
- ג. האם נתקלתם בסיטואציה בה זיהיתם קושי של אחד החברים ופעלתם? אם כן, מה הרגשתם באותו הרגע?  
כיצד זה השפיע?  
אפשר שיח פתוח.

**11. שקופית 32 – מעגלי השפעה של השימוש בסמים:**

- הסבר:** כשאנו עוסקים בתופעת השימוש בסמים בצה"ל אנו נשים דגש על שלושה מעגלים עיקריים, בהם נעסוק בחלקו המרכזי של השיעור:
- א. **מעגל הפרט** – מעגל זה עוסק בפגיעה בפרט בשני היבטים: הראשון, השפעה על הפרט בטווח הקצר והארוך, והשני, פגיעה בהיבטים כלכליים כתוצאה מהמענה המשמעותי החמור שמפעיל צה"ל באירועי שימוש בסמים. על כך נפרט בהמשך
  - ב. **מעגל המשימה** – עוסק בפגיעה בכשירותו של הפרט לבצע את המשימה הצבאית ובאחריות של כל אחד ואחד מהחיילים על חבריו ליחידה.



ג. **מעגל אמון הציבור** – הציבור סומך על צה"ל ומאמין ביכולותיו לבצע את משימותיו. שימוש של חיילי צה"ל בחומרים מסוכנים פוגע פגיעה אנושה באמון זה.

## 12. שקופיות 32-35 – מעגל הפרט – פגיעה בתפקוד:

### א. אמונות שגויות של חיילים לגבי שימוש בקנאביס:

- "אלכוהול הורס את הכבד וסמים לא עושים כלום"
- "עם אלכוהול אתה לא יכול לתפקד בצבא, אבל עם קנאביס אתה יכול לנהל שיגרה בשקט..."
- "ווייד' רק מרגיע את הגוף, הוא לא מסוכן... זה עוזר להתמודד עם הלחצים והעומס בצבא"
- "לשתות על מדים זה לא מכבד את המעמד ולא משמש דוגמה אישית – עדיף לעשן ג'וינט מאשר לשתות."
- "הסמים גורמים לחיילים להיות חיילים טובים יותר"
- "עדיף לא לעשות סמים בתוך הבסיס בגלל הסיכון והפחד שילשינו עליך, אבל אחרי הבסיס או לפני זה בסדר"

כעת נעשה סדר בין אמונות חסרות בסיס לבין עובדות המבוססות על מחקר.

### ב. מחקרים מראים כי ישנן השלכות שונות לשימוש בקנאביס, בדגש על צעירים:

- שימוש בקנאביס מזיק באופן מיוחד למוחות מתפתחים (עד גיל 25) ופוגע בבריאות הפיזית והנפשית.
- פוגע בזיכרון וגורם להפרעות קשב וריכוז – נמצא כקשור להישגים לימודיים נמוכים, פגיעה בשיקול הדעת ובמנגנון קבלת החלטות.
- מעלה את הסיכון להפרעה נפשית (סכיזופרניה, דכאון, חרדה, הפרעה פסיכוטית), ומגביר שינויים במצב הרוח ואת הסיכוי לאובדנות.
- גורם לירידה במוטיבציה וההנעה לפעולה, קשור בנשירה ממסגרות.
- מעלה את הסיכון למעורבות בתאונות (תאונות עבודה ואימונים וכן תאונות דרכים)
- שימוש בקנאביס בגיל צעיר מעלה את הסיכוי להתמכרות ותלות בגילאים מבוגרים יותר. הנתונים נלקחו מתוך הצהרת ארגון הבריאות העולמי, בהתבסס על מחקרים רבים שנערכו בנושא.

## 13. שקופיות 36-39 – מעגל הפרט – מענה משמעותי ואכיפה

**דגש:** יש להסביר מה הם החידושים שנוספו בעקבות החלטת הועדה, הדבר מצוין במצגת. להלן הסבר:

חייל אשר יעשה שימוש בסמים במהלך השירות הצבאי יפגע משמעותית בשל הפעלת הסנקציות הבאות:

- א. רישום פלילי ל-7 שנים
  - ב. עלויות משפט גבוהות (עד 150 אש"ח)
  - ג. שלילת רישיון נהיגה אזרחי
- בעקבות החלטת הועדה למיגור תופעת השימוש בסמים בצה"ל, נוספו סנקציות נוספות:
- ד. שלילת תעודת לוחם וזכאויות נלוות
  - ה. שלילת מענק שחרור ופיקדון לקראת השחרור



- ו. שלילת זכאות "ממדים ללימודים" לתואר ראשון
  - ז. הורדת מדרג שיבוצי
- שלילת מענק שחרור ופיקדון לקראת שחרור: על פי נתוני משהב"ט, סכומי הפיקדון והמענקים הכוללים עומד על: כ- 43,000 אש"ח ללוחמים, וכ- 27,000 אש"ח לחיילי תומכ"ל. נתונים אלו נכונים נכון לתחילת נובמבר 2020 ועלולים להשתנות בהתאם למדיניות משהב"ט.
- הורדת מדרג שיבוצי: הכוונה היא להורדה ברמת הפעילות (א, +, א, ב, ג) ולשינוי התפקיד / המקצוע הצבאי (מלוחם לאיש מנהלה, עבודת משרד וכו').

### **13. שקופית 38: ציטוט הרמטכ"ל:**

גם ציטוט זה נלקח מתוך הועדה למיגור סמים ואלכוהול בצה"ל שנערכה בינואר 2020. מטרת הופעתו של הציטוט הינה לחדד את חומרת המדיניות המטכ"לית והאכיפה לצורך הרתעה והסברה.

### **14. שקופיות 40-42: מעגלי ההשפעה של השימוש בסמים בצה"ל – מעגל המשימה – האחריות שלנו לביצוע המשימה:**

לשימוש בסמים ישנה השפעה ישירה על כשירות חיילי צה"ל ועל המוכנות המבצעית שלהם. חייל אשר בוחר להשתמש בסמים במסגרת הצבאית, פוגע בתודעה שלו – שיקול הדעת שלו נפגע, המוכנות שלו לביצוע פעולות מבצעיות נפגעת והאחריות שלו על עצמו ועל חבריו ביחידה נפגעת. המחקר והניסיון הקליני מצביעים באופן מובהק על כך ששימוש בסמים פוגע בכשירות לביצוע משימות שונות. חשוב להדגיש כי חייל שצורך סמים הוא חייל שאינו כשיר! לתוצאות השימוש עשויות להיות השפעות מהותיות הן עבור החייל עצמו והן עבור סביבתו.

### **15. שקופיות 43-47: מעגלי ההשפעה של השימוש בסמים בצה"ל – אמון הציבור בצה"ל:**

- א. שא"ל: בסרטון הפתיחה הוצגו מקרי שימוש בסמים בצה"ל שפורסמו בתקשורת. בחלקם היו מעורבים אף מפקדים. כצופים מהצד, איך זה גרם לכם להרגיש?
- ב. צפו בסרטון: דף גלילה בפייסבוק עם כתבה על שימוש בסמים בצה"ל ותגובות- (שקופית 19).
- ג. קראו את הציטוט: "החיבור שבין צה"ל לחברה הישראלית מהווה זה שנים נדבך מרכזי ביכולתו של צה"ל לממש את משימותיו. אמון הציבור בצה"ל - על מפקדיו וחייליו - הוא מרכיב חשוב בכוחנו לעמוד איתנים אל מול אתגרים משתנים ומתעצמים בזירות קרובות ורחוקות." (רב אלוף אביב כוכבי, הרמטכ"ל ה-22, יוני 2020).
- א. הסבר: כך נראים בתקשורת חיילי צה"ל שבחרים להשתמש בסמים. כאשר חיילי צה"ל בוחרים להשתמש בסמים הם פוגעים באופן ישיר וחד משמעי באמון של הציבור שסומך עליהם שהם מבצעים את הנדרש מהם באופן המיטבי ומממשים הלכה למעשה את ערך היסוד מרוח צה"ל – הגנת המדינה, אזרחיה ותושביה – "מטרת צה"ל היא להגן על קיומה של מדינת ישראל, על עצמאותה ועל ביטחון אזרחיה ותושביה". מקרי שימוש בסמים בצה"ל פוגעים קשות באמון הציבור ביכולתו של צה"ל לממש את ייעודו ולהגן על שלומם וביטחונם של אזרחי המדינה בעת הצורך. אמון זה הינו מרכיב חשוב בכוחו של צה"ל לעמוד במשימותיו לאורך זמן.



### 16. שקופית 48 – מהי אחריות חיילי צה"ל:

חזור לשלושת המעגלים שהוצגו בתחילת השיעור והסבר: בידינו לפעול באחריות בכל אחד משלושת המעגלים האלו:

#### א. ברמת הפרט:

- **אחריות אישית:** אין להשתמש בסמים בצה"ל ומחוצה לו! אנו היחידים שיכולים לעשות את הבחירות הנכונות ולמנוע מעצמנו תופעות לוואי קשות בטווח הקצר ובטווח הארוך, כפי שהוצגו קודם וכמובן למנוע את הסנקציות הקשות שיופעלו על חיילי צה"ל הבוחרים להשתמש בסמים. צה"ל יפעל באפס סבלנו כלפי פעולה כזו. חשוב להזכיר כי חייל שמרגיש מצוקה וכי מעוניין לקבל טיפול חייב לפנות למפקדו שיפנה אותו לגורמים הרלוונטיים לקבלת טיפול.

- **ערבות הדדית:** זיהוי גורמי סיכון בקרב חברים ליחידה, אחריות קולקטיבית למניעת שימוש בסמים ביחידה, חובת דיווח למפקד.

ב. **ברמת המשימה – ביצוע המשימה הצבאית במקצועיות תוך שמירה על חברינו ליחידה:** זכרו כי בידיכם האחריות לביצוע המשימה ולשמירה על חבריכם ליחידה. שימוש בסמים הוא התנהגות לא אחרית המסכנת את חבריכם ואת אזרחי ותושבי המדינה.

ג. **ברמת אמון הציבור – יש לפעול בייצוגיות תוך שמירה על אמון הציבור בצה"ל:** ההתנהגות של חיילי צה"ל עלולה להוביל לחשש גדול בציבור הרחב, שמא צה"ל שתפקידו להגן על ביטחון המדינה לא מבצע את תפקידו. עלינו לזכור כי כל אחד ואחד מאיתנו הוא הפנים של צבא ההגנה לישראל ובהתאם לכך לבחור את פעולותינו.

### 16. שקופית 49-50 – האחריות שלנו לביצוע המשימה:

לסיכום, צפו בסרטון וקראו את ערך האחריות: "החייל יראה עצמו שותף פעיל בהגנה על ביטחון המדינה, אזרחיה ותושביה. החייל יפעל תוך גילוי מתמיד של מעורבות, יוזמה ושקידה, בשיקול דעת ובמסגרת סמכותו, כשהוא נכון לשאת באחריות לתוצאות פעולותיו".

**הסבר** כי ערך האחריות בא לידי ביטוי בכל אחד מהמעגלים עליהם דיברנו בשיעור- הפרט, המשימה ואמון הציבור וכי האחריות למיגור התופעה מונח על כולם, מפקדים וחיילים כאחד על מנת שצה"ל יוכל לבצע את משימותיו על הצד הטוב ביותר.