

ציודה לחיים

תכנית "קרימינון" פועלת בארץ זה 6 שנים, ב-6 בתי סוהר, וכוללת 6 קורסים ■ מטרתה להעניק לאסירים כישורי חיים ואופני התנהגות שיסייעו להם לקחת אחריות על מעשיהם ולתעל את דרכם כך שלא יחזרו שוב אל מעגל הפשע והמאסרים ■ הדרישה היחידה מן המשתתפים בתכנית היא ידיעת קרוא וכתוב

מאת: ר"כ אורית שטלצר



אסירים מבצעים סימולציה: כלים ליצירת שליטה עצמית

"היית החור השחור של המשפחה שלך וקברת אותה. גמרת את הכסף של הילדים שלך וגרמת לכולם לשנוא אותך. תראה איך אתה נראה - אתה בן 50, מסריח, עלוב ומכוער, בלי שיניים ומלא חתכים. הילדים שלך לא סובלים אותך והיו מעדיפים שתמות. גמרת את החיים שלך בסמים ובגדת בחברים שלך. אף אחד לא אוהב להיות אתך ולא מאמין בך. כולם רוצים שתיעלם מהחיים כמה שיותר מהר. כל החיים שלך תישאר בודד כי אף אחד לא רוצה אותך לידו".

את המונולוג הכואב הזה משמיע אסיר העומד מול חברו ומטיח בו אמיתות קשות ומתגרות. בדרך כלל, מספיק שייאמר משפט אחד כזה כדי שמישהו ישלוף דוקרן ויסגור עניין, אך לא כאן. האסיר האחר עומד בשקט ומקשיב להאשמות. עליו להסתכל על חברו מבלי להניד עפעף, לספוג הכל מבלי להגיב, לשתוק ולשמע. זהו אחד התרגילים הראשונים בו מתנסים האסירים בתכנית "קרימינון", תכנית המעניקה להם כישורי חיים ואלטרנטיבות התנהגותיות לאלה העברייניות, המחזירות אותם שוב ושוב אל כותלי הכלא.

הכישלון כרווח ולא כהפסד

אולם ישן, צפוף ודחוק בכלא אשמורת, צר מלהכיל את עשרות האסירים ובני משפחותיהם אשר התקבצו יחד כדי לחגוג את כנס "קרימינון 2004". ילדה כבת שמונה מתרפקת על אביה האסיר, מסרבת לשבת לצדו. האב הנרגש מסביר לה בסבלנות רבה את החשיבות של יום זה עבורו: יום בו סיים חמישה קורסים תמימים של "קרימינון": "הקורס אפשר לי להבין את הטעויות שעשיתי עד כה, ונתן לי כלים לתקשורת אתך ועם אמך. היום אני יכול להיות לך לאבא טוב יותר". האסיר שיושב לידו מוסיף אף הוא: "אירוע כזה מאפשר לנו להסתכל על כישלון כרווח ולא כהפסד". הילדה מביטה בעיניים תוהות ומוסיפה להתרפק על אביה. היא בודאי אינה מבינה את כוונתו, אבל בשבילה העיקר הוא שאביה לצידה, ואימא הבטיחה שבקרוב יחזור הביתה, לכן היא מחכה.

ניסיון העבר, עולם של גישה מבנה וכלים לתקשורת ולהתנהגות טובה יותר, עם המשפחה, החברים והסביבה. את התכנית התחילו כתלמידים שישה אסירים, שהפכו עם הזמן לבוגרים, למפקחים ולמורים. חלקם השתחררו והחלו לעבוד בזכות התהליך שעברו והכלים שרכשו, המהווים צידה לחיים. המוטו של התכנית הוא שכדי להיות חופשי, האדם חייב להיות ישר עם עצמו ועם שאר בני האדם. מי שבאמת רוצה להתמודד, צריך להוריד את המסכה. התכנית אפשרה לאנשים להבין ולהפנים, שניתן להתנהג ולחיות אחרת".

מספר אחד האסירים בוגר התכנית: "בתחילת לימודי בתכנית קרימינון הסתבכתי עם מילים שלא הבנתי. העזרה האישית בתכנית הבהירה לי המון דברים. לא ידעתי לתקשר עם החברים שלי ולא עם הסובבים אותי. היום, אחרי שנות מאסר רבות, אני מסוגל לדבר אפילו עם האנשים שישינים איתי בחדר. אני משתדל להתעלות על הכעס ולא להגיע למקומות שליליים, ולמדתי לספוג הרבה בלי להגיב. אני משתדל שלא להיכנס לצרות כאלה ואחרות".

האירוע עומד להתחיל והחום באולם קשה מנשוא, אך תחושות היחד, השמחה והגאווה הכרוכות במעמד המרגש, מתגברות על מזג האוויר.

"הכל התחיל לפני שנה וחצי בכלא אשמורת, כאשר נוסף לנו נדבך בתכניות החינוך בכלא", פותח את דבריו ר"כ איתמר יפת, ראש תחום החינוך בכלא. "תכנית קרימינון שנכנסה למציאות

"קרימינון" בעולם

ממחקרים שנערכו בבתי סוהר במקסיקו, עולה כי חלה ירידה של כ-90% ברצדיביזם בקרב האסירים בוגרי תכנית ה"קרימינון", וכ-85% מבוגרי תכנית "נרקונון" לא שבו להשתמש עוד בסמים.

הכלא היומיומית, פתחה בפני אסירים רבים צוהר לעולם חדש, והקנתה להם את האפשרות להתמודד עם המאסר, לפעול למען עצמם ולהסתכל על החיים אחרת. תכנית קרימינון יוצרת עבורם עולם של הבנה והתמודדות עם



כלים ליצירת שליטה

עמותת "קרמינון" היא עמותה כלל עולמית. רמי לב-ארי, מנהל "קרמינון" בישראל, עומד מאחורי היוזמה להכנסת התכנית לבתי הכלא בישראל. התכנית קיימת בארץ מזה שש שנים ואת בוגריה ניתן למצוא בכל קשת המעמדות, המקצועות ואזורי המגורים בארץ. התכנית הותאמה לשיקום אסירים ע"י ארון לפאייט, במטרה להביא את האסיר בצורה הדרגתית לקחת אחריות אישית על מעשיו ולקבל כלים באמצעותם יוכל להתמודד עם החיים בצורה נורמטיבית והגיונית ולא בדרך הפשע. התכנית כוללת סימולציות ותרגילים רבים של שליטה, באמצעותם לומד האסיר כי השליטה יכולה להיות חיובית. התרגילים משפרים את יכולותיו לקבל שליטה על מעשיו ועל תוצאותיהם ולתעל את דרכו בתבונה.

תכנית "קרמינון" פועלת היום בשישה בתי סוהר בישראל: "נווה תרצה", "אשמורת", "ניצן", "גבעון", "רימונים" ו"מעשיהו", ובקרוב תפעל גם בבית סוהר "כרמל" ובבתי סוהר נוספים. מאז החלה, עברו 144 אסירים במהלך השנה וחצי האחרונות את כל שלביה. בתכנית שישה קורסים: תקשורת, ללמוד כיצד ללמוד, הדרך אל האושר, עליות וירידות בחיים,

שלמות אישית, ו- שינוי מצבים בחיים. הקורס מתנהל באמצעות למידה אישית ולכל תלמיד ניתנת חוברת עבודה, בה הוא מתקדם באופן עצמאי. בכל חוברת יש מטלות אותן הוא אמור לבצע לפי דפי מעקב עם הוראות, וכאשר האסיר מסיים דף לימוד הוא פונה למפקח על התכנית, הבוחן אם אכן הבין את התכנים ומסוגל ליישם. בכל כיתה יושבים מפקח אחד או שניים, העוברים בין כל החניכים.

בכלא "אשמורת" החלה תכנית "קרמינון" לפעול לפני שלוש שנים, בחסות מחלקת חינוך, טיפול ושיקום. מכיוון שהכלא דל בתקציבים ובאמצעים ואין בו מרכז חינוך ראוי - כיתת "קרמינון" נותנת מענה לתלמידים רבים מדי יום ומהווה פתרון חינוכי הולם. בכיתה אין צורך בהפרדה בין התלמידים ובחלוקה לרמות. כאן כולם יכולים לשבת יחד, ללמוד ולהתקדם, כל אחד בקצב האישי שלו.

כל אחד בקצב שלו

כלאי אורלי רפפורט, קצינת חינוך בכלא אשמורת, המלווה את הקורס בחודשים האחרונים (קדמה לה נטע ארנון שליוותה את הקורס מיום פתיחתו), מספרת: "המיוחד בתכנית קרמינון הוא שאינה פונה לסוג מסוים של

"קרמינון" - השלבים

קורס 5 - שלמות אישית

האסירים בקורס לומדים לזהות מהי עבירה ומהי נצירה (עבירה עליה לא סופר לאיש), וכיצד המכניזם של עבירות ונצירות גורם להרס בכל מעגלי החיים: משפחה, חברים, מדינה וכו'. האסיר לומד לקחת אחריות על המצב אליו הידרדר, ללא תירוצים, ולומד לשלוט במצב כדי שלא יישנה.

קורס 6 - שינוי מצבים בחיים

הקורס מלמד נוסחאות שאינן מתמטיות, אך עוסקות בשיפור המצבים בהם נתונים האסירים, כמו איך מגיעים ממצב של חוסר פעילות למצב של אנרגיה ועוצמה. כך לדוגמה, אסיר שאחיו לא דיבר אתו במשך שמונה שנים, בגלל שנהג לגנוב ממנו רכוש, סיפר לנו כי התבקש במהלך הקורס לשוחח עם אחיו ולבקש את סליחתו.

בסיום התכנית כותב כל אסיר את "סיפור ההצלחה" שלו. כל אחד והסיפור שלו, כל אחד והדרך שלו אל ההצלחה. הסיפור צריך להיות אמיתי ולשקף את הדרך שעבר האסיר לקראת דרכו החדשה. הסיפורים מרגשים ונוגעים ללב, ומביעים הבנה, הפנמה של התכנים שנלמדו ובעיקר תקווה לעתיד טוב יותר.

ולהבין, בהכרח התופעות הפיזיולוגיות האלה מצטמצמות. אנכי, ידעת קרוא וכתוב מהווה תנאי בסיסי ללימודי "קרמינון". בכלא "נווה תרצה" הכניסו בעבר כיתת לימוד לאנלפביתיות, כשלב מקדים לתכנית.

קורס 3 - הדרך אל האושר

האסיר לומד 24 קודים אתיים שמראים לו את הדרך הנכונה. סטייה ממנה ומשוליה תחזיר אותו לכלא. לדוגמה: מהו רצח? מה גורם הרצח לסביבה ולרוצח עצמו? מה ההיגיון בבסיס ההימנעות ממעשה נפשע שזוה ואיך מעשה כרצח משפיע על כל מעגלי הסיבה. קודים דומים נלמדים גם לגבי השימוש בסמים וכיו"ב.

קורס 4 - עליות וירידות בחיים

בקורס זה לומדים על המאפיינים של אישיות חברתית ואנטי-חברתית: כיצד ניתן לזהות אנשים, להסתכל על חיי, מי הם האנשים אליהם התחברתי במהלך חיי (והיוו חלק מתהליך הידרדרותי) וכד'. האסיר רוכש יכולת לזהות את אותם אנשים שהשפיעו עליו לרעה ולהתנתק מהם. כשמדובר בבני משפחה, הוא לומד כיצד לנטרל את ההשפעה השלילית של אנשים אלו עליו

קורס 1 - קורס תקשורת

הקורס כולל בעיקר תרגילים בזוגות, ונותן הזדמנות לעמוד מול אנשים, לדבר אליהם, להסתכל להם בעיניים ולעמוד מול התגרויות. הכלל עליו מתבסס קורס זה הוא כי ההתמודדות הכרוכה בעמידה מול התגרות מספר רב של פעמים, גורמת להפחתה ברגש שהביא עד כה לתגובה תוקפנית בגינה.

אחד האסירים, המרצה עונש בגין תקיפה פיזית ודקירה של חברו שקילל אותו, ציין בפנינו כי בעקבות הלימודים בקורס הפסיק להתייחס לקללות המופנות לעברו.

אחד התרגילים: עומדים בזוגות ומתבוננים זה בעיניו של זה. תרגיל נוסף: לשאול שאלה ולהתמקד בה עד שמקבלים מענה ישיר, ולא חמקני.

קורס 2 - ללמוד כיצד ללמוד

קורס זה עוסק בטכנולוגיית למידה, במחסומים בהם נתקלים במהלך הלמידה ובדרכים להתגבר עליהם. מחסום לדוגמה: מילה שאינה מוכרת או אינה ברורה. מי שאינו מבין, מגיב בפיהוק, בלבול, כעס, בנטישת המקום ועוד. כאשר התלמיד בקורס לומד להתייחס למילים שאינו מכיר



קרימינולוג 2004 – הכנס השנתי: סיפורי הצלחה רבים

וההפנמה. אם קל לו יותר בנושאים מסוימים - שירוך. יתרון לא פחות חשוב הוא נושא התעודות. בסיום כל קורס מקבל האסיר תעודה, והאסירים אפילו מתחרים ביניהם על התעודות. התעודה מצולמת על נייר צהוב, ומצטרפת לתיקו המנהלי של האסיר. כשהוא עולה לוועדת שחרורים, לדוגמה, הוא יכול להציג בפני השופט את התעודות בתיקו, המעידות על לימודיו ועל תהליך השינוי שעשה. בנוסף, אסיר בוגר יכול להיות מפקח בקורס, ולשם כך הנהלת הכלא צריכה לחתום ולאשר שהוא ישמש כמורה אסיר. הסטטוס הזה נותן לאסיר כבוד רב, כמו גם שכר חודשי גבוה יותר (כ- 300 ש"ח לחודש).

כנס "קרימינולוג 2004" בעיצומו. בזה אחר זה עולים האסירים הבוגרים לבמה המאולתרת, נרגשים, מקבלים תעודת סיום ולחיצת יד חמה מרמי לב-ארי ומרחל, סולי ואיריס המשמשים כמפקחים, מסגן המנהל ומקציני החינוך. שני אסירים מנגנים ושרים את שירו של אייל גולן, מכל הלב והנשמה:

"תודה לאל שאין בי נקמה,
תודה לאל שרוע לא שוכן בי,
תודה שלא אחזה בי אימה,
ואם עשיתי רע - אני חוזר בי,
תודה לאל שיש בי רצונות,
לבנות עולם שטוב יותר לחיות בו,
לדאוג לילד רך ולקוות,
שאף אחד אף פעם לא יפגע בו".

תם הטקס. משפחות האסירים מתבקשות לעזוב את האולם ולצאת את שערי הכלא. בתו הקטנה של האסיר נצמדת לאביה, מתייפחת בבכי ומסרבת להיפרד ממנו. לא עוזרים התחנונים, לא עוזרת הבטחת האב כי בקרוב ישוב הביתה ויהיה אבא טוב יותר. שהפעם יישאר אתה לתמיד.

"נרקונון"

תכנית "נרקונון" היא תכנית גמילה ייחודית המתמקדת בשלביה הראשונים בגמילה פיזית ובטיהור הגוף. בעזרת ויטמינים ומינרלים ושהות יומית למשך מספר שעות בחדר המחומם בטמפרטורות גבוהות במיוחד (40-50 מעלות צלזיוס), מתנקה גוף המכור מרעלים ושאריות הסמים שבו נפלטות החוצה. התוצאה היא גוף נקי, מנוטרל לחלוטין מכמיהה לסם ("דודא") והרגשה פיזית טובה. כיום נבדקת האפשרות לשילוב תכנית "נרקונון" בבתי הכלא בארץ.

לומר בוועדת קבלה אצל המנהל כי הוא מעוניין ללמוד והמנהל יכול לאשר זאת מיד. למעשה, זהו מבחן אמיתי לאסיר - לא להצטיר אלא להתחיל לעשות. יתרון נוסף: האסיר לא יפרוש מהתכנית בגלל שאינו עומד בקצב של הכיתה. אם קשה לו, הוא יכול להאט את קצב הלמידה, ההתמודדות

אוכלוסייה, אלא נותנת לכל בוגריה כלים וכישורי התמודדות יומיומיים. קציני חינוך רבים עברו בעצמם חלק מתכנית הקורסים (בעיקר כישורי למידה ותקשורת). הצלחת הקורס נעוצה בין השאר בתנאי קבלה בסיסי אחד בלבד: ידיעת קרוא וכתוב. פרט לכך, לא קיימת מגבלת קריטריונים ולא נדרש ניסיון קודם. היכולות הלימודיות והדידקטיות של האסיר אינן באות לידי ביטוי כלל, זהו קורס לחיים.

העזרה ההדדית המתגלה בין האסירים בקורס היא ייחודית מאוד וראויה לציון. כל אסיר שסיים את אחד הקורסים יכול לסייע לחברו, וכך ללמוד על חשיבות העזרה ההדדית. בקרב האסירים קיימת תחושת סיפוק וגאווה על כך שמיד עם סיום הקורס, הם כבר הופכים למסייעים ותורמים.

"יש לקורס מספר יתרונות", מוסיף ר"כ איתמר יפת. "ראשית, הזמינות שלו - זו לא כיתה לימוד המתנהלת במחזורים קבועים, וכל אסיר יכול



ללא מילים