

תוכנית הכנה לצה"ל

כיתות יא'

כתבה: גלית בינימין.

צוות היגוי: טלילה בן צור ואהובה דיין

תוכן עניינים

3	מפגש פתיחה לנושא.
5	הכנה לצה"ל לכיתות יא'
12	קבלת החלטות.
17	הצבא- קווים לדמותו- הכרות עם המערכת.
22	צפיות וחששות שלי מהשירות.
26	הצבא ואני- עמדות וגישות כלפי השירות.
28	"האדם מחפש משמעות"- משמעות הגיוס עבורי.
30	פרידה מהאזרחות.
32	מפגש הכנה למורים.
36	מפגש הכנה להורים.

מפגש פתיחה לנושא

מבוא

מחקרים מצביעים על כך שהכנה לפני השירות הצבאי יכולה לתרום בעיקר לביצוע יעיל יותר, ולתפקוד טוב יותר במצבי לחץ. כדי שהכנה תשיג את מטרותיה עליה להיות רלוונטית, אמינה ומציאותית ולהתייחס לתחומים המרכזיים שבהם עלולים המתגייסים למצוא קושי. עלינו להיזהר מלצייר תמונה ורודה ועמומה שעלולה ליצור משבר עבור המתגייס.

הכנה טובה ויעילה תעשה בשני היבטים: היבט קוגניטיבי הכולל רכישת מידע, עיסוק בסוגיות ערכיות ומוסריות, הכרת מודלים לקבלת החלטות, גיבוש צפיות רציונאליות מהשירות הצבאי, חיזוק מיומנויות להתמודדות עם מצבי לחץ ושחיקה.

היבט רגשי מנטלי כולל עיסוק בתהליכים רגשיים המלווים את המתגייס בתהליך גיוסו כגון: פרידה מהעולם האזרחי, הוריו וחבריו ולעיתים אף מתחביביו ועיסוקיו, עמידה בלחצים ועמידה בפני סביבה ארגונית טוטאלית הדורשת ציות.

מסע לאן?

מטרות:

- הצגת רציונאל ומטרות ההכנה לצה"ל. (מטרות ההכנה לצה"ל מופיעות באוגדן מתוך חוזר מנכ"ל)
- תיאום צפיות בין התלמידים למחנך בהעברת התוכנית.

שלב א: "היכרות עם ארץ אחרת".

דמיינו שיש באפשרותכם לצאת לשליחות מטעם הסוכנות לפני הגיוס למשך חצי שנה למדינה הרשומה בפתק שתקבלו.

חלקו באופן אקראי לתלמידים פתקים ובכל פתק רשמו שם של ארץ אחרת (חלקן מוכרות להן וחלקן כלל לא).

להלן רשימת מדינות מוצעת: קוריאה, הודו, אינדונזיה, ברזיל, פקיסטן, יפן, רוסיה, מקסיקו, פיליפינים, ארה"ב, מצריים, צרפת, תאילנד, איטליה, קולומביה, ספרד, אוגנדה, פרו, אוזבקיסטן, מלזיה, גאנה, תימן, קמרון, אנגולה, צ'ילה, קמבודיה, זימבבואה, אקוודור, מלי, פורטוגל, בוליביה, סומליה, הונדורס, לוב, ירדן, אירלנד, ארמניה, אלבניה, לאטביה, מקדוניה.

הערה למורה: אפשרו לתלמידים לשוחח ביניהם ושימו לב להערות – השתמשו בדברים להמשך הדיון. סביר להניח שיעלו הערות המביעות אי שביעות רצון ואי נחת ממקומות לא מוכרים או לחילופין הערות המבטאות סקרנות.

שלב ב: כל תלמיד ממלא שאלון קצר

- ש. איך הרגשת כשקיבלת את הפתק ?
ש. רשום מהי מידת היכרותך עם יעד הנסיעה שלך (מ 1-10).
ש. השלם את המשפטים הבאים:

שפה מדוברת בארץ _____
מטבע _____
חגים: _____
מנהגים: _____
סוג השלטון _____
לבוש אופייני: _____
מזג אוויר: _____

- ש. מהי רמת המוטיבציה שלך ליציאה למסע מסוג זה?
ש. כיצד תתכונן למסע?

שלב ג: אפשרו לתלמידים לשתף במה שכתבו

דיון:

- האם יש הבדל בתחושות בין אילו שהכירו את המדינה לבין אלו שלא?
האם יש קשר בין מידת הכרותיננו את הארץ החדשה לבין מידת המוטיבציה?
כיצד השפיעה העובדה שבחרו בשבילנו את המקום למידת המוטיבציה שלנו?
מה תכלול הערכות למקום שאיננו מכירים כלל?
כיצד תרגיל זה מתקשר לגיוס לצה"ל?
הצבא כמו ארץ זרה הוא מקום זר ומהרבה בחינות הוא מקביל לארץ זרה: (שפה- סלנג, ערכים, נורמות התנהגות, מבנה ארגוני וכו').
לאיזו מדינה הייתם מקבילים את הצבא מבחינת רמת ההיכרות שלכם מתוך הרשימה המוצעת?
כיצד אתם מכינים את עצמכם לקראת השירות הצבאי מבחינה פיזית, ורגשית?
הביעו דעתכם על הדברים הבאים:

"ההכנה לצה"ל בתיכון זה כמו פרומו לסרט. מראים לך את כל הקטעים הכי טובים ולא מספרים לך שהסרט עצמו לא כמו שהוא נראה בפרומו. לא משקרים ממש אבל נותנים לך מידע חלקי, כדי שתתגייס בכיף. בשריון למשל מלהיבים איך הטנק טס, ולא מספרים על העבודה השוחקת להכין את הטנק. בטירונות כעסתי על כל מי שרימה אותי... אחר כך חשבתי שאולי עדיף להשלות קצת שאנשים ירצו להתגייס אני הסתדרתי אבל אני לא שוכח את השוק שהכל הפוך ממה שאמרו..."
(יונתן מתוך הספר כשהילדים יוצאים מהבית/ חלי ברק).

שאלה מסכמת לאור הדיון: מה הצפיות שלכם ממפגשי ההכנה לצה"ל?

הכנה לצה"ל- כיתות יא'

הקדמה

בכיתה יא הופכים תלמידינו למלש"בים ולמעשה פוגשים את לשכת הגיוס ומתחילים בתהליך המיון. זהו תהליך משמעותי אשר יקבע את עתידו הצבאי של המלש"ב. הכנה מוקדמת לתהליך תסייע לבני הנוער לעבור את המיונים בהצלחה ולהשתבץ מאוחר יותר בתפקיד מתאים יותר עבורם.

מטרות

- הבנת רציונאל המיונים.
- קבלת מידע בנושא צו ראשון.
- עיסוק בנושא תדמית.
- אימון לקראת ראיון אישי.

חלק א': הבנת רציונאל המיונים.

פתיחה: ברור ראשוני מי קיבל כבר צו ראשון ובירור רגשי

"איך הרגשתם כשפתחתם את המעטפה" ?

"איך הגיבו בבית" ?

"איך מרגישים אלו שטרם קיבלו צו ראשון"?

א. הבנת רציונל המיונים: חלקו את הכיתה לקבוצות כשכל קבוצה מתבקשת לנסח מודעת דרושים לעבודה מסוג שונה.

קבוצה א': דמיינו שלפני גיוסכם לצה"ל הנכם עובדים בחנות בגדים יוקרתית במהלך החופש. מנהל העבודה מרוצה מכם ומבקש מכם לסייע לו בבחירה של עובדים חדשים למערכת. נסו לנסח מודעת דרושים עם הכישרים הדרושים וכתבו כיצד הייתם בוחרים את האדם המתאים?

קבוצה ב': דמיינו שלפני גיוסכם לצה"ל הנכם עובדים כמנהלי משמרת בתחנת דלק במהלך החופש. מנהל העבודה מרוצה מכם ומבקש מכם לסייע לו בבחירה של עובדים חדשים למערכת. נסו לנסח מודעת דרושים עם הכישרים הדרושים וכתבו כיצד הייתם בוחרים את האדם המתאים.

קבוצה ג': דמיינו שלפני גיוסכם לצה"ל הנכם עובדים בשירות לקוחות בחברת סלולרי במהלך החופש. מנהל העבודה מרוצה מכם ומבקש מכם לסייע לו בבחירה של עובדים חדשים למערכת. נסו לנסח מודעת דרושים עם הכישורים הדרושים וכתבו כיצד הייתם בוחרים את האדם המתאים.

קבוצה ד': דמיינו שלפני גיוסכם לצה"ל הנכם עובדים בחברה לשיפוצים במהלך החופש. מנהל העבודה מרוצה מכם ומבקש מכם לסייע לו בבחירה של עובדים חדשים למערכת. נסו לנסח מודעת דרושים עם הכישורים הדרושים וכתבו כיצד הייתם בוחרים את האדם המתאים?

קבוצה ה': דמיינו שלפני גיוסכם לצה"ל הנכם עובדים בבית קפה במהלך החופש. מנהל העבודה מרוצה מכם ומבקש מכם לסייע לו בבחירה של עובדים חדשים למערכת. נסו לנסח מודעת דרושים עם הכישורים הדרושים וכתבו כיצד הייתם בוחרים את האדם המתאים.

קבוצה ו': דמיינו שלפני גיוסכם לצה"ל הנכם עובדים בארגון התנדבותי המספק יעוץ לילדים ובני נוער. במהלך החופש. מנהל העבודה מרוצה מכם ומבקש מכם לסייע לו בבחירה של עובדים חדשים למערכת. נסו לנסח מודעת דרושים עם הכישורים הדרושים וכתבו כיצד הייתם בוחרים את האדם המתאים.

קבוצה ז': דמיינו שלפני גיוסכם לצה"ל הנכם עובדים בקייטנה. מנהל העבודה מרוצה מכם ומבקש מכם לסייע לו בבחירה של עובדים חדשים למערכת. נסו לנסח מודעת דרושים עם הכישורים הדרושים וכתבו כיצד הייתם בוחרים את האדם המתאים.

הצגת תוצרים.

ראינו שלכל עבודה נדרשים כישורים אחרים פיסיים או נפשיים וכדי לבחור את האדם הנכון לתפקידים השונים רצוי להשתמש בכלי הערכה שונים הכוללים בין השאר גם ראיונות אישיים. כך גם בצבא. הצבא פוגש את המלשב"ים שלו במטרה להכירם ולהתאים להם את התפקידים הרצויים. במפגש זה נעבור יחד על כלי הערכה העומדים בפני הצבא כדי להכין אתכם בצורה הטובה ביותר לקראת הצו הראשון.

חלק ב: קבלת מידע בנושא "צו ראשון".

תפקיד העברת המידע מוטל על המד"נים המשרתים בבתי ספר, אך במקומות בהם אין בנמצא מד"נים מחנכי הכיתות יכולים לערוך את מפגש זה.

בואו נכיר את שלבי המיונים:

שמכם החדש הינו מלש"ב ופירושו: מיועד לשירות ביטחון. כלומר מתחילת התהליך ועד לסיומו של תהליך הגיוס הנכם מלש"בים.

- למלש"בים נערכות בדיקות לקביעת מידת התאמתם למילוי תפקידים בשירות ביטחון. להלן השלבים העיקריים במיון האיכותי שנערך למלש"בים (גברים ונשים), כפי שקבעה מחלקת מדעי ההתנהגות (ממד"ה) באגף משאבי אנוש: (המידע הבא לקוח מויקיפדיה).

- **אימות הנתונים** - אימות נתונים הוא השלב הראשון שעוברים במהלך ההתייצבות בלשכת הגיוס. שלב אימות הנתונים מורכב מזיהוי הפרטים האישיים ומשני מדדים :

- **סימול עברית** המשקף את רמת הידע והשליטה של המלש"ב בשפה העברית. הציון נע בטווח שבין 2 ל-9.

- **ציון השכלה ראשוני (צה"ר)** - המייצג את מספר שנות הלימוד ואת איכות ההשכלה שרכש המלש"ב. הצה"ר משמש לאיתור האוכלוסייה הזכאית להשלמת השכלה ולקביעת ספי כניסה לקורסים שונים. הציון נע בטווח שבין 0 ל-12. המלש"ביות ממלאות בשלב אימות הנתונים שאלון מצוקות, שנועד לאתר כאלו, שיש צורך להפנותן לבדיקת גורמי בריאות הנפש .

- **דירוג פסיכוטכני ראשוני (דפ"ר)** - הדפ"ר הינו מערכת מבחנים פסיכוטכניים ממוחשבים, המהווה אומדן ליכולת השכלית של המלש"ב. הנוסח המלא של המבחנים שעוברים רוב המלש"בים מורכב מארבעה מבחנים. הנוסח המצומצם כולל שני מבחנים בלבד, ומיועד למלש"בים שרמת הקריאה שלהם בעברית נמוכה (בעיקר עולים חדשים ולקויי למידה). סולם הציונים של הדפ"ר נע בטווח שמ-10 (הנמוך) עד 90 (הגבוה) .

כאן חשוב להדגיש כי מומלץ מאוד לתלמידים מאובחנים לשלוח את האבחון מבעוד מועד ללשכת הגיוס ולהביא אותו אתם ללשכה ביום המבחנים.

- **ציון דירוג ראשוני כללי (צד"כ) - הצד"כ** מופק על סמך ריאיון אישי מובנה הנערך למלש"בים גברים בלבד על ידי מראיינות פסיכוטכניות, והוא מהווה אומדן למידת ההתאמה. הצד"כ נע בסולם ערכים בין 8 (הנמוך) ל-40 (הגבוה), והוא מורכב מציון משוקלל של תכונות אישיות והתנהגותיות, הנבחנות בריאיון (כגון חברותיות, דייקנות וכו'), כאשר כל תכונה מקבלת בין נקודה אחת לבין 5 נקודות, וכן מציון ניבוי, המהווה סיכום, מהתרשמותה של המראיינת ומקבל משקל פי 4 (כלומר בין 4 ל-20 נקודות בדירוג הכללי).

לפי הנחיות של המדור הפסיכוטכני במינהל הגיוס לביצוע ריאיון הצד"כ, המתבססות על הנחיה מקצועית של ממד"ה, ציון הניבוי ניתן על ידי מראיינת פסיכוטכנית לפי התרשמותה הכללית מסיכויי ההצלחה של המרואיין. קיימות חמש דרגות של ציון ניבוי: ציון ניבוי 1 - אי-התאמה ("נפל קרבי"); ציון ניבוי 2 - מתחת לממוצע במידה ניכרת מאוד; ציון ניבוי 3 - ממוצע; ציון ניבוי 4 - מעל לממוצע במידה ניכרת; ציון ניבוי 5 - הצטיינות. כל מלש"ב שבמהלך הריאיון התברר, בין השאר, כי היה מאושפז בעבר בבית חולים חולי נפש, ניסה בעברו להתאבד או שנמצא בטיפול פסיכיאטרי קבוע, יופנה אוטומטית לבדיקה פסיכונירוטית במדור בריאות הנפש (ברה"ן) בלשכת הגיוס. מרואיינים אחרים, שקיבלו ציון ניבוי 1, יופנו למדור ברה"ן.

- לעולים חדשים ממדינות חבר העמים ומאתיופיה בעלי ציון דיבור נמוך בעברית נערך **ריאיון מיון עולים (רמ"ע)** כתחליף לריאיון הצד"כ, ובו מבררים מראיינים בעלי השכלה אקדמאית יוצאי המדינות שהוזכרו, היבטים שונים של הסתגלות בכלל ולצבא בעתיד בפרט.

- **ציון תכונות התנהגות (צת"ה) - הצת"ה** מופק על סמך שאלון שממלאות נשים בלבד. הוא נועד להעריך, על פי תשובות המלש"ביות, היבטים בתחומי ההתנהגות שלהן ובנכונותן לשירות צבאי, החסרים במערכת המיון של הנשים, שכאמור אינה כוללת ריאיון צד"כ. הציונים בתחומים השונים מהווים נקודת חתך למערכת המיון בשיבוץ המלש"ביות למקצועות השונים. ציוני צת"ה נמוכים באופן חריג משמשים כלי לבחינת הצורך להפניית מלש"ביות (במשולב עם העולה משאלון המצוקות) לריאיון צד"כ מצומצם ולקב"ן.

- **קבוצת איכות (קב"א) - הקב"א** מהווה מדד מיון ותכנון עיקרי וכלי מיון ראשוני לאיתור ולשיבוץ לתפקידים, על פי נקודות חתך שנקבעו. אצל הגברים הוא מורכב מציון הדפ"ר (50%), הצד"כ (33%) והצה"ר (17%). אצל הנשים והעולים החדשים, שלהם לא נערך כאמור ריאיון צד"כ, הוא מורכב מציון הדפ"ר (60%) והצה"ר (40%) בלבד, ללא התחשבות בצת"ה או הרמ"ע. אך נשים הרוצות בכך מסיבות שונות יכולות לבקש ריאיון צד"כ.

סולם הערכים של הקב"א נע בין 41 (הנמוך) ל-56

- 41-42 מתחת לסף הגיוס .
- 43-46 קב"א נמוך .
- 47-50 קב"א בינוני .
- 51-56 קב"א גבוה. קב"א 52 ומעלה (בשילוב דפ"ר 60 ומעלה) מאפשר יציאה [לקורס קצינים](#) .

נתון פתיחה נוסף שנקבע בלשכת הגיוס הוא **הפרופיל הרפואי**.

פרופיל רפואי הוא סימול מספרי [שצה"ל](#) נותן לציון מידת התאמתו וכשירותו הרפואית של אדם לשירות ביחידות ובתפקידים שונים בצה"ל. הפרופיל הרפואי הינו גורם אחד מתוך מכלול הנתונים המשפיעים על שיבוץ [מיועד לשירות ביטחון](#) מסוים בצה"ל. הטווח של הפרופיל נע בין [פרופיל 21](#), שהוא הנמוך ביותר ופוסל את נושאו מלשרת בצה"ל, לבין פרופיל 97, שמעיד על המצב הבריאותי הגבוה ביותר. פרופיל 64 ומטה פוסל אפשרות לשירות בתפקידי לחימה ותומכי לחימה.

הפרופיל נקבע לראשונה בתהליך המיון שעובר מיועד לשירות ביטחון (מלש"ב) בלשכת הגיוס, והוא עשוי להשתנות במהלך השירות הצבאי, בסדיר ובמילואים, בעקבות אירועים שמשנים את מצב בריאותו של החייל. לעתים מורד הפרופיל באופן זמני, עקב הרעה במצב בריאותו של החייל, למשל בעקבות פציעה.

בניגוד לדעה הרווחת, הפרופיל הצבאי איננו מתחלק לרפואי ונפשי. לכל בעיה רפואית (כולל בעיה נפשית) ישנו סימול מספרי שמסמל את הבעיה. המקרים השונים לכל פרופיל מוגדרים על פי סעיפים שמפורטים בספר הפרופילים הצבאי של [חיל הרפואה](#). מקרה דומה בדרגות חומרה שונות עשוי לגרור פרופילים שונים.

הסימול מורכב בארבע ספרות סידוריות, שמסווגות על פי הבעיה הרפואית (למשל, לקות ראייה מסוימת), ועוד ספרה שמדרגת את רמת החומרה המתקבלת מהשפעת הבעיה וחומרתה על שירותו בצה"ל של הלוקה בה. כך למשל, על לקות ראייה קלה, שלא פוסלת כשלעצמה את הלוקה בה מכל מסלול בצה"ל, מקבלים, לשם הדוגמה, סעיף 98761. על לקות ראייה שמורידה את הפרופיל ל-82, ובכך יש בה כדי לפסול את הלוקה בה ממספר מקצועות.

פרופיל רפואי הוא המדד הרפואי המרכזי שלפיו נקבע אופי שירותו של חייל בצה"ל, אולם הוא אינו השיקול הרפואי היחיד. לעתים, במקרה שבעיה רפואית אינה מצדיקה שינוי הפרופיל הרפואי (ולפעמים גוררת שינוי שיבוצו של חייל), רופא יחידה יכול להעניק לחייל הקלות בשירות על בסיס רפואי (הידועות בכינוי "פְטוּרִים"). הקלות אלה מיועדות לאפשר לחייל לשרת בצבא במסגרת הגבלות רפואיות (קבועות או זמניות) מבלי שיפגע בעצמו ומבלי שיפגע באופן תפקודו. במידה והגבלות אלה הן קבועות, או למשך זמן ארוך, וגם פוגעות בתפקודו של החייל, נשקלת אפשרות להעבירו לוועדה רפואית להורדת הפרופיל, או, לחילופין, לפסול את מקצועו של החייל.

חלק ג: מיומנויות בשיווק עצמי - "יחצנות או שחצנות"

שאלות בנושא תדמית.

(מבוסס על ספרה של פגי קלאוס- אומנות השיווק העצמי)

תרגיל פתיחה

כל תלמיד מקבל כרטיס ומתבקש לחבר לעצמו כרטיס ביקור שאותו יוכל לתת למראיינת בצו ראשון.
(כרטיס ביקור שיכלול כישורים, תכונות וכו')

התלמידים מתבקשים להחליף ביניהם כרטיסי ביקור.

דיון

ש. כיצד התרשמתם מכרטיסי הביקור של חבריכם?

ש. האם הצליחו חבריכם לשווק את עצמם?

ש. כיצד הרגשתם בעת מילוי הכרטיסים?

ש. אילו קשיים יש בביצוע משימה זו?

מיתוסים רבים נוצרו סביב שיווק עצמי בתרבות שלנו ואנשים נרתעים מהתפארות בשל הפחד שיתפסו בעיני הסביבה כשחצנים, אך למעשה אלו הם רק מיתוסים. הרמב"ם נתן את דעתו בנושא זה וטען כי יש למצוא את "דרך המיצוע", או במילים אחרות את האיזון העדין בין רברבנות ליחצנות עצמית מוצלחת.

ללמוד להתפאר זה לא להפוך למישהו אחר וגם לא להונות אנשים. שיווק עצמי הוא לדעת להבליט את מי שאתם באמת, בכך שתפגינו את הצדדים הטובים ביותר שלכם באותנטיות, בגאווה ובהתלהבות.

ש. על מה מתבסס שיווק עצמי?

שיווק עצמי מבוסס על הדימוי העצמי שלנו ועל מיומנויות תקשורת שלנו. כלומר אדם יוכל לשווק את עצמו רק אם יאמין בעצמו וביכולותיו ויתקשר עם המראיין העומד מולו בצורה נעימה.

כשאנו עומדים בפני משימה של שיווק עצמי עלינו להתכונן לקראתה בשני מישורים אלו:

1. ביסוס הדימוי העצמי שלנו.

2. אימון במיומנויות תקשורת וראיין אישי.

חלק ד: התנסות בראיונות אישיים.

התחלקו לזוגות. רצוי עם בני זוג שפחות מוכרים לכם. כל זוג מקבל כרטיסיה עם שאלות של ראיון אישי העוסקות גם בדימוי עצמי. ראינו אחד את השני ותנו משוב אחד לשני על הראיון.

- ספר לי על עצמך?
- אילו דברים חיוביים באישיותך יסייעו לך בשירות הצבאי?
- אילו חסרונות שלך יכולים להוות מכשולים? ש
- מה הייתה מספרת עלייך מחנכת הכיתה?
- ספר על אירוע משמעותי שקרה לך בחיים ודרכו למדת על עצמך?
- אילו מיומנויות רכשת שיוכלו לבוא לידי ביטוי בשירות הצבאי?
- נסה להיזכר במכשול/ מצב לחץ שהתמודדת איתו וספר כיצד התגברת עליו?
- איפה אתה רואה את עצמך בשירות הצבאי? נסה לתאר מקום, תפקיד, תנאי שירות.

מתן טיפים לראיונות אישיים:

- הקפידו על לבוש נקי ומסודר.
- כבו פלאפונים- וכנסו זקופים ועם חיוך.
- היו קשובים ומרוכזים, ודברו רק כשהמראיין נותן לכם את זכות הדיבור.
- הקרינו ביטחון עצמי רב לגבי מקומכם בחיים והעתיד אותו אתם מאחלים לעצמכם.
- הרחיבו על תכונותיכם החיוביות והכישורים שלכם אך עשו זאת בקול שקט.
- היו כנים ואותנטיים.
- הפכו את השלילי או השולי לחיובי ומשמעותי.
- השתמשו בחוש הומור במידת האפשר.
- הודו למראיין בסוף הראיון.
- אם אין לכם ידע בתחום מסוים אמרו שתשמחו ללמוד ולעבור הכשרה בנושא.
- הימנע מביקורתיות כלפי אנשים.

קבלת החלטות

רציונאל

לקראת השירות הצבאי אנו נדרשים לקבל החלטות כגון איפה לשרת, באיזה תפקיד וכו' המרכיב המרכזי בקבלת החלטות הוא הצורך לבחור מבין מספר חלופות אפשרויות. קבלת החלטות היא תהליך מורכב שבו פועלים משתנים שונים חלקם סובייקטיביים ותלויים בתכונות האדם המחליט ההעדפות שלו, סגנונו ותפיסתו את המצב. וחלקם אובייקטיביים ונובעים מאילוצי המצב ומאופי ההחלטה העתידה להתקבל. בכל עיסוק בתהליך קבלת החלטות ופתרון בעיות חייבים להתייחס לכל הגורמים המשפיעים בו ולקשרי הגומלין ביניהם. בספרות המקצועית פותחו מחקרים שונים בנושא של קבלת החלטות ופתרון בעיות, ששאבו את השראתם מעולם המדע והכלכלה. מודלים אלו מתבססים על כך שהאדם המתלבט פועל תמיד בהגיון שואף להשיג את מרב הרווחים והוא מסוגל לעבד נתונים כמו מחשב אך למעשה נמצא כי אנשים שונים מתמודדים עם בעיות בצורות שונות.

מטרת הפעילות

מתן כלים ופיתוח מיומנויות בקבלת החלטות.

פתיחה

ניתן לפתוח את הנושא בהקראת הסיפור: "גדר כבשה ואיש עם בעיה"
(יעל בירן 1994 הוצאת סער.)

דיון

בעקבות הקראת הסיפור:

עם איזו כבשה אתם מזדהים יותר? ציירו לכם אותה.
אם אתם לא מוצאים כבשה שמשקפת את הרגשתכם חשבו איך אתם הייתם עוברים את הגדר?
הסיפור מתאר גישות שונות להתמודדות עם בעיה. גישות שהם למעשה סגנונות שונים של קבלת החלטות והתמודדות עם קונפליקט. קבלת החלטות הוא נושא רחב ותהליך המלווה בקשיים רבים. אחד הנושאים המקשים עלינו בתהליך זה הוא: "צפיות לא ריאליות"

חלק א': צפיות לא רציונאליות בקבלת החלטות

שלב א: לפניכם רשימת היגדים המבטאים "צפיות לא ריאליזם" לגבי בחירת בן זוג.

חלוקת היגדים בנושא בחירת בן זוג.

כל משתתף יבחר 2-3 היגדים שמדברים אליו ומוכרים לו.

1. "לכל אחד יש בן זוג מיועד שנקבע משמיים וכל שעליו לעשות הוא רק למצוא אותו."-
2. "אני מאמינה שבאמצעות גרפולוג, פסיכולוג, נומרולוג, אמצא את בן הזוג שלי."
3. "אני מאמין באהבה ממבט ראשון."
4. "אני מחפש את בן הזוג המושלם ולא מוכן להתפשר."
5. "אני אתחנן רק כשאדע בוודאות שאהיה בעל מושלם."
6. "בן הזוג לא חייב להתאים לי אם אתאמץ מאוד הקשר יכול להצליח."
7. "חשוב שבן הזוג ימצא חן בעיני אמא שלי."
8. "ברגע שאמצא את בן הזוג יפתרו כל בעיותי."
9. "נישואים זה דבר נצחי וברגע שמתחתנים חיים באושר ועושר עד עצם היום הזה."

שלב ב'

דיון

האם גם לכם הייתה צפייה מסוג זה? האם היא ברת מימוש בעיניכם? הגיונית? מה לא הגיוני בה? איך נגדיר צפיות רציונאליות?

צפיות לא רציונאליות הן תפיסות ואמונות לגבי דברים שונים שיתרחשו בעתיד או לא יתרחשו לגבי רגשות, מחשבות מעשים וטיב היחסים ביננו לבין אחרים וכו'. צפיות נוצרות ע"י תסריטים שאנו מפנימים במהלך האינטרקציות החברתיות שסביבנו והן מושפעות ממבנה אישיות ועוד. צפיות לא רציונאליות הם אמונות או משפטים לא הגיוניים שהאדם אומר לעצמו, רעיונות לא הגיוניים שמסתתרים מאחורי התלבטויות רבות של אנשים.

התלבטויות בבחירת בן זוג מקביל להתלבטויות לגבי כל דבר כולל השירות הצבאי.

1. "לכל אחד יש בן זוג מיועד שנקבע משמיים וכל שעליו לעשות הוא רק למצוא אותו."- יש רק פתרון אחד לקונפליקט, רק חלופה אחת מתאימה. הרי ברור שיש יותר מהחלטה אחת המתאימה לכל אחד. בהקבלה לשירות יש רק תפקיד אחד שהוא תפוז עבורי.
2. "אני מאמינה שבאמצעות גרפולוג, פסיכולוג, נומרולוג, אמצא את בן הזוג שלי." מה שנקרא מיקוד שליטה חיצוני. כלומר אני לא לוקח אחריות על הבחירות שלי ולא מאמין ביכולת שלי להגיע להחלטה אלא מאמין בגורל מייחס את ההצלחה או הכישלון בהחלטה לגורם חיצוני. בהקבלה לשירות מה שיהיה יהיה – מה שיבחרו עבורי זה בסדר.

3. "אני מאמין באהבה ממבט ראשון." - כלומר הסתמכות רק על האינטואיציה והרגש כשאני מקבל החלטה. כמו שלאהבה ממבט ראשון אין משקל רב בהצלחת חיי נישואים כך גם התלהבות ראשונית מהחלטה אחת לא מבטיחה את ההחלטה הנכונה. בהקבלה לשירות הצבאי: מה שנראה לי במנילה ממבט ראשון הוא הבחירה שלי.

4. "אני מחפש את בן הזוג המושלם ולא מוכן להתפשר."

השאיפה הפרפקציוניסטית למושלמות היא לא הגיונית, כי בכל בחירה שאני עושה בחיים אני חייב להתפשר ולוותר על משהו. אף בחירה לא תהיה מושלמת. כמו שבן הזוג המושלם לא קיים כך גם לא החלטה. הצפייה למושלמות תעכב את קבלת ההחלטה, ותגבה מחיר יקר. בהקבלה לצבא: התפקיד שלי חייב להיות מושלם עבורי.

5. "אני אתחתן רק כשאדע בוודאות שאהיה בעל מושלם."

כלומר אני אקבל החלטה רק כשאני אדע שאבצע אותה בצורה המושלמת. לדוגמה אעבוד רק במה אני מרגיש שאהיה מושלם בו. איננו יכולים להיות מצויינים בכל מה שאנו עושים. השאיפה למושלמות גובה מאיתנו מחיר יקר. בהקבלה לשירות אתלטי אפילו עד הרגע האחרון בו אהיה בטוח בבחירה.

6. "בן הזוג לא חייב להתאים לי אם אתאמץ מאוד הקשר יכול להצליח."

ההתמדה והעקשנות לא תמיד יעילים לעיתים אנו בוחרים בהחלטה שלא ממש מתאימה לנו ומאמינים שאם נתאמץ מאוד היא תתאים. בהקבלה לצבא: התפקיד לא חייב להיות טוב עבורי אתאים את עצמי אליו.

7. "חשוב שבן הזוג ימצא חן בעיני אמה שלי."

לעיתים אנו קשובים מאוד לצורכי האחר ולא לצרכים שלנו. צפייה זו מאוד מאפיינת נשים שבחורות עבודה. הן מתחשבות בכל העולם פרט לעצמם. מחקרים הראו שנשים מתלבטות מאוד בהקשר למקצוע כיוון שהן רוצות לספק את כולם מצד אחד להיות נשות קריירה ומצד שני להיות אמהות טובות. בהקבלה לשירות אבחר את התפקיד שהורי/ מורי/ חבריי רוצים עבורי.

8. "ברגע שאמצא את בן הזוג יפתרו כל בעיותיי."

כלומר ברגע שאקבל החלטה יפתרו כל בעיותיי. צפייה כזו עלולה להביא לאכזבה גדולה בהמשך מהבחירה. ברגע שאקבל את התפקיד המתאים אהיה מאושר.

9. "נישואים זה דבר נצחי וברגע שמתחתנים חיים באושר ועושר עד עצם היום הזה." כלומר אני

מאמין שכל בחירה שאעשה אין ממנה דרך חזרה אך זה לא תמיד כך במיוחד בבחירת תפקיד צבאי.

כעת הקבילו את המשפטים לבחירה שלכם לגבי השירות הצבאי:

שאלה לסיכום

מלבד צפיות לא ריאליות, אילו עוד קשיים יכולים להתעורר בקבלת החלטות?

חוסר מוטיבציה, אישיות של אדם המתקשה באופן כללי בקבלת החלטות, חוסר מידע על רצונותיי, חוסר מידע על מגוון האפשרויות, קונפליקט פנימי או חיצוני.

חלק ב': סגנונות שונים בקבלת החלטות

חשבו על צומת בחייכם בו נאלצתם לבחור:

משימה

הסתובבו בחדר ובחרו את התשובה לשאלה: כיצד בחרתם בצומת זו ?

- "בדקתי יתרונות מול חסרונות של כל האפשרויות שעמדו לרשותי, לבחירה זו היו את היתרונות הרבים ביותר".
- "בכלל לא העליתי ספקות לגבי הבחירה, בחרתי וזהו".
- "האמת שהימרתי, אני מאמין שזה עניין של גורל".
- "לא הייתה לי ברירה, הייתי חייב להחליט מהר".
- "האנשים הקרובים אליי העדיפו שאבחר בחירה הזו"
- "משהו בתחושת הבטן אמר לי שזה מתאים".
- "בחרתי אחרי שלמדתי מניסיונם של אחרים".

בואו נראה את סגנונות הבחירה השונים

קיימים כמה דפוסי התנהגות או סגנונות שונים בקבלת החלטות: הסגנון הנבחר תלוי באופן בו אנו תופסים את מצב ההחלטה.

1. סגנון שקול: הדפוס ההגיוני והזהיר. זהו סגנון מתוכנן, סגנון שמבוסס על שיקול שכלתני, איסוף מידע על אפשרויות הבחירה ובדיקת יתרונות וחסרונות של כל אפשרות, זהו המודל המסתגל. תהליך סידרתי וראציונלי התמקדות בשלבים ושקילת חסרונות ויתרונות.

2. איננו תופסים את המצב כמעורר עימות ודפוס ההחלטה יהיה המשך ללא שינוי או בחירה ללא עימות וללא שיקול. סגנון בריחה.

3. דפוס של התגוננות הימנעות- הימור כלומר נשהה את ההחלטה בכך שנעביר את האחריות למישהו אחר או נהמר ונסמוך על המזל ולא על שיקול שכלתני. הטלת מטבע על החיים ועל המוות. בחירת דרך פעולה פזיזה.

4. סגנון של המחפש הנואש. כלומר בחירה מתוך אימפולסיביות ולעיתים אף נתדרדר לבהלה.

5. סגנון תלותי- הסתמכות על סמכות- האם בוחר צורת פעולה המקובלת על אנשים אותם הוא מכבד ואת דעתם הוא מעריך ומוקיר. לפעמים הוא מסתייע בקבוצה לה הוא שייך, בוחר צורת פעולה המקובלת על סביבתו.

6. רגש- אינטואיציה: תחושת בטן נטיית לב, כאשר אדם מונע מתשוקות או מרגשות גם כשזה לא ראציונלי או אפקטיבי.

7. תצפית ניסיון: קו פעולה שננקט לגבי בעיה עכשווית הדורשת פתרון. לאחר הסקת מסקנות בדיקת ממצאי מחקר ולמידה מתוך התבוננות בניסיונם של אחרים.

המודל הבא יכול לסייע עבורנו בקבלת החלטות

שלב ראשון: הגדרת הבעיה- עלינו לקבוע באופן ברור מהי הבעיה, מהי המטרה. זוהי נקודת המוצא של התהליך. עלינו להקדיש לכך מחשבה ולנסות למקד מהו מקור הבעיה. בפעולות שעשינו ראינו כי ההגדרה במקרים אלו היא קלה אך במקרים רבים ההגדרה היא מעורפלת.

שלב שני- הסתכלות על הבעיה מזוויות שונות.

תרגיל: חלוקה לקבוצות כשכל קבוצה תעבוד על סיפור שלגייה ושבעת הגמדים מזווית אחת. כל קבוצה תשכתב את הסיפור שלגייה ושבעת הגמדים דרך דמות אחרת: גמדים, שלגייה, אם חורגת, הנסיך. ראינו איך הסיפור משתנה כשמסתכלים עליו מזוויות שונות. כך גם בעיה. עלינו להתבונן בה כל פעם מזווית אחרת כדי לראות את כל התמונה.

שלב שלישי- שאילת שאלות ככלי חקירה בהגדרת הבעיה:

תרגיל: נסו להבין מה קרה בעקבות שאילת שאלות. האירוע: " כשנכנסתי לחדר ראיתי את החלון פתוח כשדני ויוסי שכבו מתים וסביבם אבן מים ושברי זכוכית".
באמצעות שאלות נסו לנחש מה היה שם? (הסיפור המלא- דני ויוסי הם דגים ומתו לאחר שנזרק כדור מהחלון וניפץ את האקווריום שלהם)
שאלות חקר סביב בעיה הם מאוד חשובות ומסייעות למציאת פתרון. (מה אני יודע על הבעיה?, איזה מידע חסר לי על הבעיה?, אילו ניסיונות עשיתי עד כה כדי לפתור את הבעיה וכו'.

שלב רביעי- מציאת חלופות.

מחפשים חלופות שונות לצוירים.

כל אחד כותב על דף אחד בעיה שהיתה לו ובדף השני כיצד הוא התמודד איתה (זו יכולה להיות בעיה זניחה מאוד הקשורה אפילו בחפץ,) מערבים את שתי חבילות הפתקים כל אחת בנפרד וכל אחד מרים פתק אחד של בעיה ואחד של פתרון. התרגיל מלמד שיש הרבה פתרונות המתאימים לבעיות שונות.

כאן ראינו את היכולת להעלות מספר פתרונות שונים לאותה בעיה. כמות החלופות **תלויה במידת**

שלב חמישי- בדיקת העובדות לגבי כל חלופה.

שלב שישי: שקילת תוצאות. רווח מול הפסד.

שלב שביעי- ביצועי ההחלטה ותהליך מטא קוגניטיבי.

כעת ניתן להדגים את המודל באמצעות מספר מתנדבים שישתפו בהתלבטות שלהם לגבי השירות הצבאי/ לחילופין ניתן להציע לתלמידים לערוך על דף חשיבה אישית ע"פ המודל.

הצבא- קווים לדמותו- התמודדות רגשית

רציונאל

מתגייס שתופס את הצבא כמקום חסר הגיון שפועלים בו באופן אקראי יתקשה להסתגל למערכת הצבאית לעומת זאת כשנשוחח עם התלמידים על מצבים שונים וננסה לבחון את הלוגיקה הצבאית נאמן אותם בחשיבה רציונאלית וזווית הסתכלות אחרת להמשך הדרך.

מטרות

- הכרות עם הרציונאל לקיומו של צבא במדינה.
- דיון סביב התפיסות השונות של התלמידים לגבי הצבא.
- הכרות עם מאפייניו של הצבא והבנת הלוגיקה הצבאית.

חלק א': למה צריך צבא?

התרגיל הבא ממחיש מדוע צריך צבא במדינה – מבוסס על רעיון של ד"ר משה ישראלשוילי.

מבקשים מ 5 מתנדבים מן הכיתה להגיב לאירוע ע"פ תפקיד שניתן להם:

1. אזרח ישראלי שגר בשדרות.
2. ישראלי יורד שחי בארה"ב.
3. לוחם חמאס בעזה.
4. סטודנט החי בשיינקין בת"א.
5. תלמיד יב'.

האירוע:

"ראש הממשלה הודיע אמש בטלוויזיה על ביטול שירות חובה ובמקומו הקמת צבא התנדבותי".
מאפשרים לתלמידים להגיב לאירוע בתפקידים השונים.
שואלים: מה ניתן להסיק מהויכוח הזה לגבי השירות הצבאי? על חשיבותו? מה אנו מרגישים לגבי חובה זו?

אפשרות נוספת:

עורכים סבב: "מה עשיתם אתמול בערב?"
החייל יובל המשרת בבסיס הקרוב לגבול עסק בשמירה".
ש. איזה רגש מתעורר אצלכם? ואילו מחשבות עולות בראשכם?
ש. האם יש קשר בין העיסוק שלו לעיסוק שלכם?

חלק ב': מה זה צבא בעינינו?

פתיחה: שתי אפשרויות:

- א. התבוננו בדף המטאפורות שלפניכם ובחרו מטאפורה שהייתם בוחרים למושג צבא. (ראה נספח)
- ב. ציירו את המושג צבא בכל דרך מופשטת או מוחשית שתבחרו.

סבב: מה ציירתם ומדוע?

מתוך הסבב רשמו על הלוח את המושגים שבוחרים התלמידים להתייחס אליהם.

מחנכים יקרים: בשיחה עם התלמידים התייחסו אל המושגים הבאים:

- א. **מערכת היררכית:** הצבא הוא מערכת היררכית המורכבת מוותק ודרגה. אילו מערכות היררכיות נוספות אתם מכירים? באילו נתקלתם? (עבודה, בית ספר). ההבדל הוא שבצבא הסמכות כלפיכם היא אבסולוטית ולא חלקית כמו בשאר המערכות שאנחנו מכירים. אילו תחושות מעוררות בכם מערכות היררכיות (בהמשך נרחיב את הדיון בנושא זה).
- ב. **מערכת טוטאלית-** להבדיל ממערכות אחרות הצבא הוא מערכת טוטאלית שאתם משתייכים אליה בכל שעות היום והלילה (גם מי שמשרת קרוב לבית). העבודה שעות הפנאי והשינה יהיו כלולים יחד באותה מסגרת לפחות עבור חלקכם. איזו הרגשה מתעוררת אצלכם בעקבות מחשבה על שייכות לארגון טוטאלי? (תחושה של היעדר פרטיות והיעדר חופש לצד תחושת יציבות וביטחון ובהירות).
- ג. **אחידות-** התביעה היא לעשות ולהיות כמו כולם. הביצוע הוא קבוצתי במקרים רבים ואינו פרטי ייחודי או יצירתי.
- ד. **משטר שאינו דמוקרטי-** הצבא הוא ארגון שאנו דמוקרטי ואינו מנוהל ע"פ החלטת הרוב על אף שהוא שייך למדינה דמוקרטית. הפקודות הניתנות אינן נועדו ליוכוח אלא לביצוע. כך גם החוקים מאוד ברורים ונוקשים. לכל מעשה יש תגובה ולכל עבירה על חוק תגובה מיידית וסנקציות ענישה. מדוע זה כך לדעתכם? (הצבא נועד לצורך לחימה והגנה וכדי למלא את תפקידו עליו להשיג משמעת חזקה ומהירה....).
- ה. **שפה-** תרגיל קצר : הגעתם לבסיס וקלטתם מפקדת משוחחת עם חייל- תרגמו את השיחה במינוחים של שפה כתובה / שפה גבוהה...

מפקדת: חייל ת'זיז תעצמך לפה, יאללה צא מההלם.

חייל:כן המפקדת.

מפקדת: כשאי מדברת אתה שותק. מה המצב?

חייל: אני טוחן פה משמרות ולא מחליפים אותי.

מפקדת: גש לש.ג עם המ.ק ואמור לס. מפ שהגעת ובקש שיחליפו אותך.

יאללה סע מפה.

1. "תזיז ת'עצמך" - גש לכאן בבקשה.
2. "צא מההלם" - עשה זאת מהר.
3. "כשאני מדברת אתה שותק" - אני מציעה שלא נכנס אחד לדברי השני.
4. "סע מפה" או היית פה" - תזדרז, המשך הלאה....
5. "טוחן" - נשחק מרוב עבודה.
6. גש לשג עם המ.ק ואמור לס. מפ שהגעת ובקש שיחליפו אותך- תגיע לשומר בשער עם מכשיר הקשר ואמור לסגן המפקד שהגעת.

השפה שונה מהשפה שהורגלתם אליה- מורכבת מסלנג, מקיצורים וראשי תיבות, ולעיתים משפה נוקשה ובוטה.

ש.מה הרציונל של השפה הזו וכיצד נוצרה לדעתכם?

ש. כיצד מרגיש חייל חדש העומד לפני חייל ותיק ושומע את השפה הזו? (בתחילה חשים ריחוק זרות חוסר שייכות ופער גדול...).

מחנכים יקרים: אפשרו לתלמידים לשתף במליאה ובדיון התייחסו לנורמות המייחדות את הצבא ועלולות לעורר קשיי הסתגלות כגון: כבוד לבעל סמכות וחוסר הדדיות בתקשורת, התייחסות לזמנים, הופעה, טקסים, משמעת, סנקציות וכו'.

חלק ג': למצוא הגיון בשיגעון: למה זה ככה?

אופן הפעילות: מחלקים את הכיתה לקבוצות קטנות, וכל קבוצה מקבלת את אחד מהאירועים הבאים ומתבקשת לנסות להסביר את ההיגיון בפקודה שניתנה או בתגובה.

קבוצה א'

סמל מורה למחלקה שלו: "מחלקה שתיים- צאו החוצה מהחדר עם כל הציוד תוך שישים שניות זז". החיילים מסתערים על הדלת אך לא מצליחים לעמוד במשימה שוב ושוב. "הזמן שנתן המפקד כנראה לא ראלי לביצוע המשימה. אז מה ההיגיון??? והאם ניתן להשוות מקרה זה למקרים אחרים בחייכם כאזרחים?

קבוצה ב'

" במסדר בוקר בודקים גילוח. המפקד עובר לפני שורת חיילים מתוחה. מביט בפניו של כל אחד. המפקד בוחן אותי. הוא מביט בי. אני לא מעז להביט בו חזרה. זה ההסכם. הוא עם משקפי שמש לי אסור זה שובר דיסטנס. מפקד אחד בודק את הגילוח עם פיסת נייר. מעביר אותה על העור שלי נגד כיון מיחת הזיפים.... במקומות שלא מגולחים נפגמת תנועת הנייר. התגלחת הבוקר? כן המפקד. לא נראה לי אתה משקר. אני לא משקר... אל תענה לי- תוסיף לך שעת שמירה בלילה. המפקד שאל ולא ציפה לתשובה- אז למה הוא שאל? אז מה ההיגיון??? (בועז נוימן מתוך הורים מתגייסים). ??? והאם ניתן להשוות מקרה זה למקרים אחרים בחייכם כאזרחים?

קבוצה ג'

" כל התיכון הייתי ראש גדול ופתאום באתי לצבא ועשו ממני טיפש. אסור לחשוב אסור להביע דעה. צריך לשתוק ולבצע את הדברים הכי טיפשיים בעולם וכמו כולם כמו: לנער את האבק מהשמיכות, לקפל אותן באותו קיפול, לסדר את המיטות באותו אופן וכו'. " מה ההיגיון???? ??? והאם ניתן להשוות מקרה זה למקרים אחרים בחייכם כאזרחים?

קבוצה ד'

מחלקה 3 לא הצליחה לעמוד בתום הזמן שהמפקד נתן ולהסתדר ב צורת ח'. למעשה ערן היגע באיחור. הסמל אומר למחלקה:
"לא הצלחתם לעמוד בזמן. רוצו עד העץ וחזרה 30 שניות זוז." ערן שוב מגיע אחרון.
והסמל אומר שוב: "לא הצלחתם לעמוד בזמן. רוצו עד העץ וחזרה 30 שניות זוז."
אם ערן מאחר למה כולם צריכים להיענש? מה ההיגיון???? ??? והאם ניתן להשוות מקרה זה למקרים אחרים בחייכם כאזרחים?

קבוצה ה'

שתי בנות משוחחות בטירונות:

מירב: "מה עושים היום בערב?"

טל: "לא יודעת המפקדת עוד לא אמרה".

מירב: "יוצאים הביתה ביום שישי?"

טל: "אולי עוד לא אמרו לנו".

מירב: "לאן ישבצו אותנו בסוף הטירונות?"

טל: "אין לי מושג".

מירב: "למה מסתירים מאיתנו את כל המידע הזה מה ההגיון.????"

והאם ניתן להשוות מקרה זה למקרים אחרים בחייכם כאזרחים?

כל קבוצה מספרת על ההיגיון שמצאה באירועים.

צה"ל נבחן בעת מלחמה. על החיילים להסתער לעבר המטרה בשעת סכנה בניגוד לאינסטינקט הטבעי שלנו המורה לנו דווקא לברוח בעת סכנה. כדי שחייל יצליח לתפקד בשעת מלחמה עליו להיות ממושמע באופן מוחלט, לפעול ע"פ פקודות של מפקדיו, לפעול בעבודת צוות וכו'.

מקרה א': במקרה זה המפקד רוצה ללמד את חניכיו שעליהם להישמע לו ולפקודה גם אם היא נראית להם לא הגיונית. ברצונו להעביר את המסר שלפקודה חייבים לציית.

מקרה ב': צה"ל מנסה להבהיר למתגייסים הצעירים שבעולם אליו הגיעו חל שינוי דרמטי ביחס לסמכות. בצבא כל מפקד ואפילו זוטר הוא בעל סמכות ללא עוררין.

מקרה ג': מחנכים בצבא לאחידות. רמת הביצוע קשורה לתוצאה של פעולות צוות. כמו כן יש להביא את כל החיילים לאותה רמת ביצוע.

מקרה ד': המקרה מדגים את רצונו של הצבא להנחיל לחייליו את ההבנה שמשמעת מוחלטת היא חשובה ודרך תרגול נוסף לומד החייל להכיר בסמכותו של המפקד, כמו כן נדרשת עבודת צוות, ואחריות הדדית כל הזמן.

מקרה ה': באמצעות חוסר הודאות מדמה הצבא מצבי אמת כמו במלחמה בה יש מידה רבה של חוסר ודאות.

דיון

מה אתם מרגישים לגבי המצבים שתוארו?
איפה אתם צופים קושי ואיפה לא?
איך נכין את עצמנו לקראת מצבים מסוג זה?

צפיות וחששות שלי מהשירות

(תרגיל זה נכתב ע"י אהובה דיין יועצת תיכון "הדרים" הוד השרון)

מטרה

בני הנוער יזהו את החששות שלהם מהשירות הצבאי וירכשו כלים להתמודדות.

חלק א: זיהוי חששות

- א.** כל תלמיד כותב על פתק אחד - מה הוא היה רוצה שיקרה לו בשירות? ועל פתק שני מה הוא לא רוצה שיקרה לו בשירות הצבאי. מתחלקים לזוגות ומשתפים/ או לחילופין ניתן לשתף במליאה. דרך תשובות התלמידים עורכים מיפוי של הצפיות והחששות.
- ב.** נבחן האם הצפיות שלנו ריאליות.

כעת בואו נתבונן על החששות- מיפוי החששות שלי מהשירות

כתבו על הלוח את רשימת הנושאים שעלו דרך הפתקים והוסיפו במידת הצורך נושאים שלא התייחסו אליהם.

הגדירו עם התלמידים מה כוונתו של כל קושי:

קושי גופני - כולל סיבולת גופנית הן אצל בנים והן אצל בנות.

מפקד גרוע - מה זה מפקד גרוע עבורכם?

תפקיד שלא רציתי - מבחינת היוקרה, העניין, מיקום וכו'.

חברה לא מוכרת - מפגש עם אנשים חדשים ומתרבויות ומנטליות שונה משלי?

תנאי שירות קשים - שינה באוהל, אוכל צבאי, שירותים, ניקיון וכו'.

פרידה מהבית ומחיי האזרחות - מאנשים משמעותיים שונים.

אובדן זהות אישית - פתאום אני טירון שווה לכולם ללא יחוד משלי.

כעת דרגו את החששות שלכם מ 1-7

1 משמעותו חושש מאוד ו 7 כלל לא. (ראה נספח)

סכמו את המספרים ונתחו את התוצאה ע"פ המדרג הבא:

1-7 נקודות פירושו לא חושש.

8-28 חושש מעט.

29-42 חושש במידה רבה

42-49 חושש מהכל.

מפלוס החרדה שלכם הוא נכון להיום וחשוב להדגיש שהוא דינאמי ומשתנה.

דין

כיצד ניתן להסביר את השוני במדדי הלחץ ביניכם בתחומים השונים?

סיכום

מכאן אנו למדים כי רמת חרדה הינה סובייקטיבית ולמעשה כל אחד מאיתנו חווה לחץ באופן שונה.

חלק ב: דרכי התמודדות

למנחה

מומלץ לקיים חלק זה של הפעילות באמצעות קלפים טיפוליים המאפשרים ביטוי אישי פתוח לכל משתתף. במידה ואין בנמצא קלפים טיפוליים ניתן לקיים את הפעילות כדיון.

נסו להיזכר במצב לחץ שהתמודדתם איתו ובחרו קלף המתאר את דרך ההתמודדות. באמצעות סיפורי ההתמודדות הסבירו את המונח.

על הלוח ערכו טבלה ע"פ "גשר מאחד".

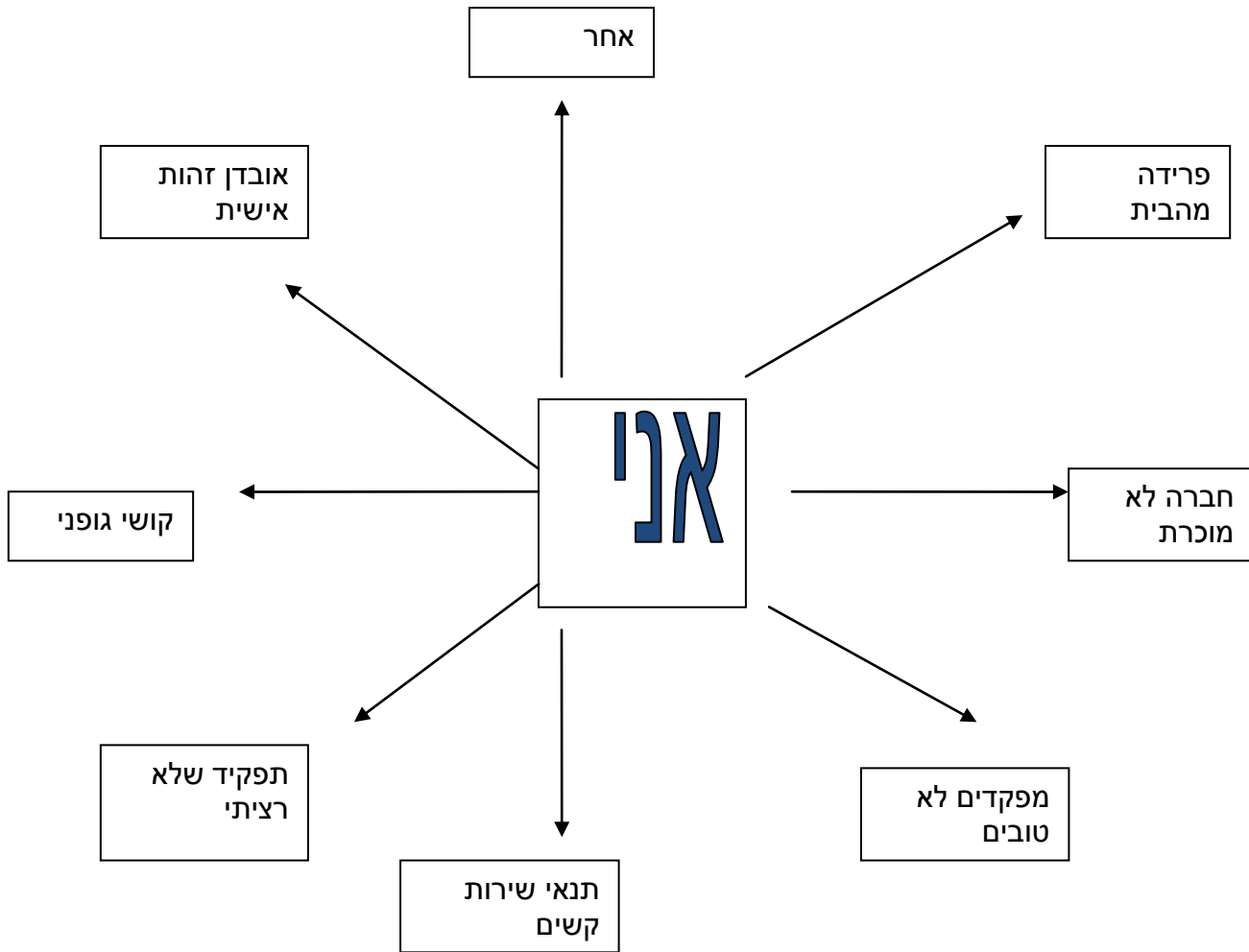
למנחה, גש"ר מאח"ד הוא מודל רב מימדי של שבעה ערוצים, בהם מתקשר האדם עם עצמו ועם העולם שמחוצה לו בשעת לחץ. ערוצים אלו הנקראים בראשי תיבות גש"ר מאח"ד מרכיבים את התהליך של התמודדות יעילה. ג=גוף, ש=שכל, ר=רגש, מ=משפחה, א=אמונות, ח=חברה, ד=דמיון.

("מתוך חיים על הגבול" / מולי להד ועופרה אילון)

בקשו מהתלמידים להתייחס לדרכי ההתמודדות השונות בהקשר לחששות הספציפיים הקשורים לצבא.

שבצו את תשובותיהם במקום המתאים (אין צורך למלא את הטבלה במלואה).

זהות	פרידה	תנאים	חברים	תפקיד	מפקד	גופני	הקושי: / התמודדות
						אימונים....	גוף
						מחשבה: "לא הכל מתבסס על פיסיות..."	שכל
						שיתוף בחששות...	רגש
						שיחה עם אבא בנושא.	משפחה
						אני מאמין בעצמי...	אמונה
						שיחה עם חבר טוב שכבר התגייס....	חברה
						מדמיין את עצמי עובר את המסע בטירונות...	דמיון



דרך הטבלה ראינו כי יש דרכים רבות ומגוונות להתמודדות עם מצבי לחץ סביב השירות הצבאי והעשרנו את ארגז הכלים של כל אחד מאיתנו.

לסיים כתבו לעצמכם מכתב על השירות הצבאי שלכם מנקודת מבט של רגע לפני שחרור.

– תרגיל זה מסייע לנו להציב צפיות ריאליות לשירות.

הצבא ואני - עמדות וגישות כלפי השירות

מטרות

- הכרות עם גישות ועמדות שונות כלפי השירות הצבאי.
- גיבוש צפיות ריאליות לקראת השירות.

הערות למחנך: מפגש זה העוסק בעמדות בני הנוער לשירות צבאי עלול לעורר קונפליקטים רבים בקרב בני הנוער, ואתה עלול למצוא את עצמך ב"סערת ויכוחים". תפקידך לאפשר לדיון להתרחש ולאפשר לתלמידים להביע את עמדותיהם האמיתיות. למעשה חופש הביטוי יאפשר לך כמחנך לעסוק בקושי האמיתי ולחולל שינויים. דאג שכל העמדות יוצגו באופן שווה וזכור את משימתך החינוכית להיות אמפתי לקושי ויחד עם זאת לייצג את חובתנו המוסרית ערכית למדינה.

לפניכם שתי אפשרויות:

אפשרות א:

כל תלמיד מקבל דף עליו כתובים מכתבים שונים.

לפניכם מכתבים של אנשים שונים המתייחסים לשירות הצבאי מנקודת מבטם:

"כשאבא מדבר על הימים של הצבא, אצלו לבטח זו אינה תיאוריה,

תמצית חייו היא ניסיון לתת לנו תשובה להצלחות לכשלונות של ההיסטוריה.

וצה"ל בשבילו זו התקופה המקודשת הוא לא היסטוריה אלא פרק במורשת".

(עמוס אטינגר "רבע לפני הגיוס")

"עוד חודשיים אני משתחרר. אני מאוד שמח כי חिकיתי לרגע הזה. והנה פתאום זה מגיע.

אני מאוד שמח, כמובן. היה לי צבא מרתק, אפילו שהייתי שבוז רוב הזמן כי היה קשה. במבט לאחור היו לצבא יותר יתרונות מחסרונות. אין מה להגיד נכנסתי ילד ויצאתי בן אדם. למדתי לפקד על אנשים,

לעמוד בקשיים, וגיליתי המון דברים חדשים על עצמי..."

(דותן מתוך הספר "כשהילדים יוצאים מהבית" - חלי ברק).

"בצבא יש קטע כזה שגם אם טוב לך אתה שבוז כי אתה רוצה עוד יותר, מרגיש פראיר ורוצה לדפוק את המערכת כדי להרגיש שיצאת מורוח. לקח לי זמן להבין, שלטובתי אני צריכה לצאת מהגישה הזאת, אז התחלתי להשקיע ולהתלבט. ואז ביקשתי לעבור לתפקיד חדש עם הרבה יותר עומס

ואחריות אבל גם עניין ואתגר. זה שינה את הכל לטובה..."

(דלית מתוך הספר "כשהילדים יוצאים מהבית" - חלי ברק).

" אני יונתן בן ארצי, מצהיר בזאת כי מסיבות מצפוניות אין ביכולתי לשרת בכל ארגון אשר פועל בדרכי אלימות וכוחניות. צבא ההגנה לישראל, ולצורך העניין כל צבא אחר בעולם משתמש בכוח הזרוע כדי לפתור בעיות וסכסוכים..."

(יונתן בן ארצי)

"הסירוב לשרת בצה"ל מנימוקים מצפוניים הוא לוקוס ומבטא חולשת דעת. אני מאחל לחיילים עמידה נחרצת על עמדותיהם הרעיונית תוך שירות מוצלח בצה"ל, בריאות טובה וחיים ארוכים ומלאי משמעות..."

(אהרון ברנע אביו של נועם שנהרג ליד הבופור- פורסם בידיעות אחרונות).

דיון

איזו מכתב מאפיין יותר את עמדתכם?
עם איזה מכתב אתם מזדהים יותר ועם איזה פחות?
איזו גישה הייתם מאמצים?
איזה קשר יש בין גישה לגיוס לבין אופן השירות אחר כך?

אפשרות ב:

תרגיל זה מבוסס על רעיון של הגב' ששי אשכנזי (מנהל חברה ונוער)
לפניכם היגדים שונים מפוזרים. בחרו את ההיגד שאתם מסכימים איתו או ממש לא מסכימים איתו. הילדים מסתובבים בחדר, בוחרים הגד מתיישבים לידו ועונים על השאלות הצמודות להיגד.

- "לא כולם חייבים לשרת, יש עוד דרכים לתרום למדינה חוץ משירות צבאי".
- "מי שחי בחברה, צריך להיות מחויב לתת מעצמו למענה".
- "קיים במדינה חוק גיוס חובה, ולכן כל אחד חייב לשרת בצבא".
- "אני לא מוכן לשרת בצבא, כשאני לא מסכים עם מדיניות הממשלה".
- "אם אתה ואני לא נעשה אז מי כן?"
- "למה שאתגייס מה יצא לי מזה?"

דיון בקבוצות

מדוע בחרתם בהיגד זה?
הכינו רשימה משותפת של הנימוקים. בעד ההיגד והנימוקים מנגד.
הקבוצות מציגות במליאה את תשובותיהם.

סיכום

גיבוש עמדה לגבי הגיוס הכרחית ותסייע לנו בתהליכים של טרום הגיוס. עמדתינו הברורה תסייע לנו בקבלת החלטות שונות שעלינו לקבל לפני הגיוס לצבא. העמדות שלנו מסייעים לנו בוויסות הרגשות טרום הגיוס לדוגמא, הן יכולות להרגיע ולהפחית התנגדויות.

"האדם מחפש משמעות" - משמעות הגיוס עבורי

מטרה

בני הנוער יחשפו לקשיים ולרווחים מהשירות הצבאי ויבינו כי בכוחם לקחת אחריות על המציאות שלהם.

כותבים על הלוח את המשפט

"השירות בצה"ל הוא "חבל על הזמן" כי..."
התלמידים מתבקשים להשלים את המשפט על פתק. ניתן להתחלק לזוגות ולמלא את הטבלה בזוגות.

עורכים טבלה על הלוח

-חבל על הזמן במובן חיובי "אחלה"
חבל על הסמן במובן שלילי "בזבז זמן".

ממלאים יחד עם התלמידים את הטבלה וניתן להוסיף את הטיעונים הבאים:

חיובי	שלילי
השירות בצבא מאפשר לך לגלות בעצמך דברים חדשים.	בשנתיים/ שלוש של השירות אפשר לעשות דברים אחרים משמעותיים: לעבוד לטייל וכו'.
השירות בצבא מחזק את העצמאות שלנו וההפרדות מההורים.	איבוד החופש הטוטאלי.
מחזק את הביטחון העצמי.	דחייה של תחילת קריירה.
מפגיש אותנו עם אנשים חדשים ואוכלוסיות שונות. ואפילו מהווה משרד שידוכים.	"אתה יכול לקבל תפקיד שמבחינתך יהיה חסר משמעות"
לחלקינו נותן השירות הצבאי הכשרה מקצועית.	איבוד התמימות וחשיפה למצבי לחץ וסבל."
תורם לתחושת שייכות.	סיכונים.

עד כמה התשובה לשאלה הזו תלויה בנו?
האם יש ביכולותינו לגרום לשירות להיות באמת חיובי עבורנו?
האם יש קשר בין העמדות שלנו כלפי השירות הצבאי להתנהגות?

הערה למחנך: הסבירו לבני הנוער כי יש בכוחם לשנות את המציאות שלהם- אם יקבלו את המציאות באהבה וילמדו לראות את הדברים החיוביים, אם יחשבו חיובי, ויצקו תוכן משמעותי לשירות שלהם יפיקו את המירב, לעומת זאת אם יחשבו מחשבות שליליות המציאות תספק להם אכזבות וכישלונות- דרך מחשבות אדם יכול לשלוט יותר במציאות שלו.

פרידה מהאזרחות

רציונאל

הגיוס לצה"ל הופך את חייהם של בני הנוער ומשנה לחלוטין את פני חייהם האזרחיים. בתהליך זה נאלצים בני הנוער להיפרד מתנאים פסיים אליהם הורגלו, סביבה תומכת הכוללת דמויות משמעותיות וחברים וכמו כן את החירות שלהם בנושאים רבים. שיח סביב פרידה יסייע לבני הנוער לעבד חוויה זו, ולזהות את הגורמים התומכים שימשיכו ללוות אותם בשנים הקרובות.

מטרה

עיבוד חווית הפרידה מהאזרחות.

תהליכי פרידה

לפניכם מספר אפשרויות לעיבוד חווית הפרידה:

- א. ניתן להקריא את הסיפור של אתגר קרת "לשבור את החזיר" ולשוחח עם הילדים על פרידה שנכפת עלינו סביב הרגשות של הילד. (ניתן למצוא את הסיפור באתר סנונית).
- ב. ניתן לבקש מהתלמידים לעצום עיניים ולבקש מהם להיזכר בפרידה שהם חוו בעבר: לבקש מהם לספר בסבב ממי הם נפרדו? מה היו התחושות שהתלוו לפרידה? מה עזר להם להתמודד? איך אתם מרגישים עם הפרידה מבית הספר? מורה? כיתה? חברים?
- ג. תארו לעצמכם שיש במרכז החדר תיבה שמכילה את כל אותם הדברים שקיבלתם מבית הספר. בחרו לכם משהו אחד שאתם לוקחים אתכם הלאה...
- ד. כל תלמיד כותב את שמו על דף חלק ומעבירים את הדף בין התלמידים כשכל ילד כותב לכל שאר הילדים מילות פרידה...
- ה. דף מזוודות (ראה נספח).

דיון

לאחר ביצוע אחת הפעילויות:

ממה אתם נפרדים כשאתם הולכים לצבא?

ממה אתם לא נפרדים?

אילו רגשות מלווים אתכם בתהליך המעבר מהאזרחות לצבא?

מה יכול לחזק אתכם במעבר?

אורזים את הקיטבג

זכרון מתוק מבית הספר.



משהו שיסייע לי במסע...



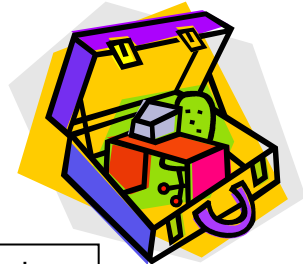
דבר מה שעליי לקנות לעצמי לקראת המעבר....



ידע שאני לוקח איתי...



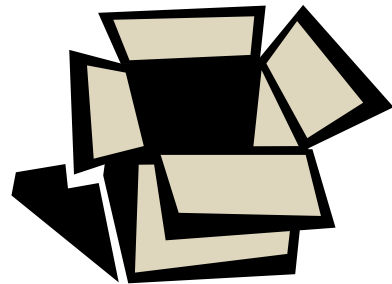
אני לוקח איתי....



אני לא מתכוון להיפרד מ....

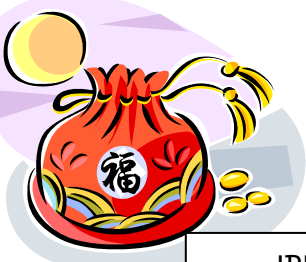


"מטבעות" (כישורים/ תכונות) שבאמצעותם אשיג מה



הצבא זו הזדמנות עבודה ל....

מתנות/ טיפים שהייתי נותן לחברים...



מפגש הכנה למורים

כתבו: אהובה דיין

טלילה צור

גלית בינימין

הקדמה

מורים נדרשים להכין את תלמידיהם לגיוס בצה"ל הן מבחינה קוגניטיבית והן מבחינה רגשית. משימה זו יכולה להיות לא קלה כיוון שעבור כל אחד נתפס הצבא בצורה שונה ואף מעורר רגשות אחרים. בעוד שעבור חלק מהצוות יעורר הצבא זיכרונות ורגשות חיוביים עבור הנותרים עלול לעורר כעסים פחדים וכו'. עובדה זו מתחזקת לאור ההטרואגניות האופיינית לצוותי מורים הבאה לידי ביטוי בגיל ובשלבי חיים.

מטרת סדנא זו היא לסייע למורים בעיבוד רגשי סביב החוויות הצבאיות והרגשות המתעוררים בהקשר לנושא זה, כדי שיוכלו להכין את בני הנוער בצורה מושכלת למשימה זו וכמו כן לסייע למורים בהתמודדות עם דילמות העלולות להתעורר במפגש עם בני הנוער.

חלק א: עיבוד אישי.

בקשו מהמורים לעצום עיניים להיזכר בשירות צבאי שלהם או של אחד מקרוביהם ולהתמקד בתמונה אחת.

ניתן לחלק את הצוות לזוגות/ קבוצות או להישאר במליאה ולבקש מהם לשתף בתמונה.

מה יש בתמונה? מי הנוכחים השותפים? אילו רגשות מעוררת התמונה?

דרך תרגיל זה אנו מבינים כי הצבא מעורר רגשות שונים אצל כל אחד. אילו מהתמונות שעלו ניתן לחשוף בפני התלמידים ואילו לא? ומדוע?

למעשה מורים שעבורם הצבא נתפס כמקום קשה ומעלה זיכרונות שליליים עלולים להתקשות בהתמודדות עם הנושא בפני התלמידים.

להלן כמה עקרונות שיכולים לסייע בסיטואציה מסוג זה:

הביעו דעתכם.

"לדבר-כשקשה לדבר"

- **לאסוף ידע** בנושא שקשה לנו עימו מאפשר להרגיש מחוסן יותר ומצויד להתמודדות עמו. לדוגמא, אם אני לא יודע מה נכון לומר לילד במצבים שונים כדאי להתייעץ, לקרוא חומר וכו'.
- **לבדוק מה באמת הילד שואל כשהוא שואל** שאלות מביכות/אינטימיות/מאתגרות? למשל שאלה שהופנתה למורה "האם גם את חשבת פעם לצאת מהצבא ולהוריד פרופיל?" עומדות מאחוריה אולי שאלות אחרות כגון: מה עושים עם הפחד? תשובתו של המורה תתמקד בשאלות שעומדות מאחורי השאלות... תשובה טובה למצבים מסוג זה: "אני מבינה שזה מעניין אותך, למה?"
- **לאפשר לעצמי להביע דעה ועמדה אישית** בקול רם וחד-משמעי במטרה להפחית חרדות.
- **להפוך שאלה של שיח פנימי לשיח חיצוני** – תאלץ את האדם להמשיך את השיח החיצוני השונה מאוד מהשיח הפנימי. פתאום כאשר מדברים בקול רם חשופים לאלטרנטיבות. לדוגמא, "לשרת בקרבי רק כדי לרצות את הסביבה." שיח חיצוני יכול לסייע בקבלת החלטה נכונה.
- **לשאל את השואל-** כלומר שאילת השאלות בקול רם תאפשר לו לגלות שהתשובה נמצאת בתוך עצמו.
- **הנגיעה בנושא קשה** והשיחה אודותיו מעניקה כוח. השיח מחזק וגורם תחושה שאפשר להתמודד. נסו להיזכר במצבים בהם הרגשתם שנגעתם בנושאים קשים עם ילדיכם? כיצד הרגשתם בשיחה? כיצד הרגישו ילדיכם?
- **הכוח הקבוצתי-** ההתקבצות עם אנשים ששותפים לפחדים ולחרדות שלך מאפשרת יצירת קבוצת תמיכה שמכילה אותך, מעניקה תחושה שאת/ה לא לבד. חיפוש התשובות ביחד מחזק.
- **לא לוותר על המקום המרתיע** – כלומר, לדבר על משהו שלא רוצים לדבר עליו, מאפשר ריפוי כוח והעצמה. בדיוק כמו שחוויתם בשיחה זו.

חלק ב: חשיפת התוכנית דרך הדגמת שיעור הפתיחה:

פרק א': מפגש ראשון עם הצבא.

חלק א': מסע לאן?

"היכרות עם ארץ אחרת".

שלב א: דמיינו שיש באפשרותכם לצאת לשליחות מטעם הסוכנות למשך שנה למדינה הרשומה בפתק שתקבלו.

חלקו למורים פתקים ובכל פתק רשמו שם של ארץ אחרת (חלקן מוכרות להן וחלקן כלל לא).

להלן רשימת מדינות מוצעת: קוריאה, הודו, אינדונזיה, ברזיל, פקיסטן, יפן, רוסיה, מקסיקו, פליפינים, ארה"ב, מצרים, צרפת, תאילנד, איטליה, קולומביה, ספרד, אוגנדה, פרו, אוזביקיסטן, מלזיה, גאנה, תימן, קמרון, אנגולה, צ'ילה, קמבודיה, זימבבואה, אקוודור, מאלי, פורטוגל, בוליביה, סומליה, הונדורוס, לוב, ירדן, אירלנד, ארמניה, אלבניה, לטביה, מקדוניה. הערה ליועץ: אפשרו למורים לשוחח ביניהם ושימו לב להערות – השתמשו בדברים להמשך הדיון. סביר להניח שיעלו הערות המביעות אי שביעות רצון ואי נחת ממקומות לא מוכרים או לחילופין הערות המבטאות סקרנות.

שלב ב: כל מורה ממלא שאלון קצר:

ש. איך הרגשת כשקיבלת את הפתק?

ש. רשום מהי מידת היכרותך עם יעד הנסיעה שלך (מ1-10).

ש. השלם את המשפטים הבאים:

שפה מדוברת בארץ _____

מטבע _____

חגים: _____

מנהגים: _____

סוג השלטון _____

לבוש אופייני: _____

מזג אוויר: _____

ש. מהי רמת המוטיבציה שלך ליציאה למסע מסוג זה?

ש. כיצד תתכונן למסע?

שלב ג: אפשרו למורים לשתף במה שכתבו.

דיון:

האם יש הבדל בתחושות בין אילו שהכירו את המדינה לבין אלו שלא?
האם יש קשר בין מידת הכרותינו את הארץ החדשה לבין מידת המוטיבציה?
מה תכלול הערכות למקום שאיננו מכירים כלל?
הצבא כמו ארץ זרה הוא מקום זר ומהרבה בחינות הוא מקביל לארץ זרה: (שפה- סלנג, ערכים, נורמות התנהגות, מבנה ארגוני וכו').

לאיזו מדינה הייתם מקבילים את הצבא מבחינת רמת ההיכרות שלכם מתוך הרשימה המוצעת?
מה תפקידנו בהכנת התלמידים ומה תכלול ההכנה של התלמידים מבחינה קוגניטיבית, ורגשית?

נקודת המוצא שלנו בהכנת התלמידים קשורה בהם עצמם ולא בצבא. אנו מחנכים את בני הנוער לאזרחות טובה, ומסייעים להם במעבר מחיים אזרחיים לחיים צבאיים מבחינה רגשית, קוגניטיבית והתנהגותית. תחומי ההכנה כוללים:

בהיבט קוגניטיבי:

- א. רכישת מידע: איתור מידע רלוונטי הוא בסיס חשוב בהפעלת שיקולי דעת וקבלת החלטות.
- ב. עיסוק בסוגיות ערכיות ומוסריות.
- ג. הכרת מודלים לקבלת החלטות.
- ד. גיבוש צפיות רציונאליות מהשירות הצבאי.
- ה. חיזוק מיומנויות להתמודדות עם מצבי לחץ ושחיקה.

בהיבט הרגשי מנטלי: הכנה מנטלית תכלול עיסוק בתהליכים רגשיים המלווים את המתגייס בתהליך גיוסו הכולל פרידה מהעולם האזרחי, הוריו וחבריו ולעיתים אף מתחביביו ועיסוקיו, וכמו כן תעסוק בעמידה בלחצים ועמידה בפני סביבה ארגונית טוטאלית הדורשת ציות.

שלב ד': הביעו דעתכם על הדברים הבאים:

"ההכנה לצה"ל בתיכון זה כמו פרומו לסרט. מראים לך את כל הקטעים הכי טובים ולא מספרים לך שהסרט עצמו לא כמו שהוא נראה בפרומו. לא משקרים ממש אבל נותנים לך מידע חלקי, כדי שתתגייס בכיף. בשריון למשל מלהיבים איך הטנק טס, ולא מספרים על העבודה השוחקת להכין את הטנק. בטירונות כעסתי על כל מי שרימה אותי.... אחר כך חשבתי שאולי עדיף להשלוח קצת שאנשים ירצו להתגייס אני הסתדרתי אבל אני לא שוכח את השוק שהכל הפוך ממה שאמרו..."
(יונתן מתוך הספר כשהילדים יוצאים מהבית/ חלי ברק).

סיכום: מה ניתן ללמוד מדברים אלו על תפקידנו כמחנכים?

מפגש הכנה להורים.

רציונל

הורים לבני נוער המתגייסים לצבא חווים תחושות שונות ומגוונות. בעוד שמצד אחד מתמלאים ההורים בגאווה עצומה אל מול הנער העוזב את הבית אל מסע של עצמאות בגרות ואחריות, מן הצד השני חוששים ההורים מהשינוי הגדול, חוששים "להפקיד" את ילדיהם בידי מערכת צבאית וחוששים בעיקר מהלא נודע. כמו כן מציב השירות אתגרים לא פשוטים בפני ילדים והורים בפני היחסים ביניהם. הורים כמו ילדיהם זקוקים להכנה רגשית וקוגניטיבית כדי שיוכלו ללוות את ילדיהם בצורה המיטבית ביותר. ההכנה תכלול עיבוד רגשי סביב חווית ההורות בשלב זה ומתן מידע רלוונטי לתהליך ההכנה לשירות הצבאי.

מטרות:

- עיבוד רגשי סביב חווית ההורות בתהליך הגיוס והשירות.
- מתן מידע בנושא ההכנה לצה"ל.
- התמודדות עם דילמות בהורות סביב הגיוס לצבא.

הערה למנחים: רצוי לערוך את המפגש כשההורים יושבים סביב שולחנות, כך שיווצרו קבוצות קטנות סביב כל שולחן. לכל שולחן רצוי לצרף מורה/ מנחה.

פתיחה: הקראת טקסט ולאחריו לספר להורים על מטרת המפגש.

הוריו/ אפרים סידון

ילד ישראלי מה יש לו בחייו?
את הוריו ואת הוריו ואת הוריו ואת הוריו.
והם יום ולילה, רודפים אחריו,
נושפים בעורפו ונמצאים בעקבותיו.
מאחוריו ומצדדיו ומכל עבריו,
בחורשה עם חברתו ובלבנון בעת מארב.
בחיפוש אחר עצמו או בעת עשיית ילדיו.
בקוטב, בהימלאיה או במדבריות ערב,
בכל אשר יפנה הם מאחורי הגב.
עולים מן הים או באים באווירון,
צצים מן האסלה או יוצאים מהארון.
מסתתרים בתרמילו, מתחזים לחפציו,
וכל ניסיונות המילוט שלו הם ניסיונות שווא.
כי בכל מקום הם יאתרו אותו, האם והאב.

בכל נקודה ביקום ובכל נקודה בחלד,
הם יגיעו אליו הוריו, אל הילד
והוא יכול להיות מ"פ או טייס או מדען או ממציא
והוא יכול לגלגל מיליונים בבורסה או להיות מלח בצי.
בן שתיים עשרה עשרים ושתיים או בן עשרים וחמש
בן שלושים, בן חמישים
לעולם לא ימלט מידי הוריו החוששים.
ואם ינחת על הירח או יטוס למאדים,
הם יגיעו אחריו עם עוגה ובגדים.
לחור הכחול, לכור האטומי, בשליחות עלומה לבגדד.
"הלו גולני, כאן אימא אתה לא לבד".
והוא יכול להלחם למען עצמאות לארצו ולעמו,
אך לעולם לא יוכל להשיג עצמאות לעצמו.
כי ילד ישראלי, מה יש לו בחייו?
את הוריו והוריו והוריו והוריו. זה המצב.
ומוטב להרים ידים ולהיכנע עכשיו,
להכיר בעובדות ולעכל את הידיעה,
כי הדור הצעיר מפסיד בגדול
לאם היהודייה.

חלק א': עיבוד רגשי

פעילות ראשונה: "הצבא- חוויה בין דורית"

מבקשים מההורים להיזכר בתמונות שלהם מהשירות הצבאי או בתמונות של קרוביהם. להתמקד בתמונה אחת ולתאר בפני חבריהם לקבוצה את פרטי התמונה. הקבוצה מתבקשת להעלות על הכתב את המשותף והשונה בין התמונות שהוצגו וכמו כן לפרוש את "סל הרגשות" שהועלו סביב חוויות השירות שלהם.

לאחר מכן מבקשים מההורים לדמיין ולתאר תמונה מייטבית של ילדיהם על מדים, ולבחון את השונה והדומה בין החוויה שלהם לחוויה של ילדיהם.
הקבוצות בוחרות נציג המשתף את המליאה בעיקרי הדברים.
שיתוף במליאה.

סיכום: דרך תרגיל זה אנו מבינים כי הצבא מעורר רגשות שונים אצל כל אחד. אילו מהתמונות שעלו

ניתן לחשוף בפני הילדים שלנו ואילו לא? ומדוע?

למעשה הורים שעבורם הצבא נתפס כמקום קשה ומעלה זיכרונות שליליים עלולים להתקשות בהתמודדות עם הנושא בפני ילדיהם. עלינו להציג לילדנו תמונה שאינה "ורודה" או "שחורה" אלא מציאותית דיה.

פעילות שנייה: "רגשות ומחשבות סביב גיוס ילד/ה"

מפזרים על כל שולחן מכתבים, אמירות וציטוטים שונים ומבקשים מכל הורה לבחור טקסט שהוא מזדהה איתו או שמדבר אליו.

להלן הקטעים:

"...וכשתצא לעוד שבת- נחכה בפתח.
אמא לכבודך בישלה, נשקה אותך כמו פר"ח.
גם נגהץ לך מדים, אני זוכרת מה שהבטחת
ישמור עליך אלוהים, רק חזור הביתה"
תמונה שלך בגיל שנה עם סבתא מחייכת
ושתי תמונות של גיל מצווה, ואיך גדל הנכד.
תמונה אחרת על מדים, עם הרובה ביד,
ואני הבטחתי שכשתגדל – לא תילחם באף אחד..." (זאב נחמה)

"בן הולך אל הצבא והוא צוחק כשהיא בוכה
והוא אומר נהיית לי מתבכיינת
והיא שאין לה לילה ולא יום
ובשבילה זה גיהנום
היא נבוכה ומעשנת
היא בכלל לא מסכימה
למלחמה הזאת אז מה...
את הפחדים היא תאסוף
תחכה לו תעטוף
היא לא כזאת היא לא אחת שמתלוננת
שרק יחזור שלם בנפשו
שלם בגופו שרק יבוא". (יהודה פוליקר ויעקוב גלעד).

"כשאבא מדבר על הימים של הצבא,
אצלו לבטח זו איה תיאוריה.
תמצית חייו היא ניסיון לתת לנו תשובה
להצלחות, לכישלונות של ההיסטוריה.
וצה"ל בשבילו זו התקופה המקודשת
וא לא היסטוריה אלא פרק במורשת " (עמוס אטינגר).

"אמא יקרה ילד מזדקן
זה עצוב הרבה כשלוקחים לך את הבן
קחי אותי בצד, דברי איתי לבד
אני רוצה לבנות קוביות על המרבד". (אלון אולארצ'יק).

"שלום לך ילדי, שלום מאמא
את מכתבך קיבלתי, בני הטוב
ולו ידעת מה שמחה בו אמא
היית קצת יותר מרבה לכתוב....
ושוב אני חובשת משקפיים
ושבה בו לקרוא גם לשנן
חבל רק שקהו קצת העיניים
והדמעה קצת מפריעה גם כן...
אתה כותב לי שקיבלת סרט
ושלרב סמל אתה מתאים
אינני מבינה מה זאת אומרת
אך אם זה טוב אשלח לך סרטים..." (נתן אלתרמן)

"אני מתחרטת על הרגעים הרבים שביזבזתי בלחנך את בני על ערכים של נתינה ואהבת המולדת.
עכשיו הוא רוצה להתגייס לקרבי ואני מתה מפחד ומרגישה שזו הקרבה גדולה מידי. הייתי מעדיפה
שיבקש לשרת קרוב לבית או בג'וב פחות מסוכן..." (מיכל-אמא של מתגייס).

"הבן שלי החליט שהוא לא רוצה לשרת ואני לא מסוגל לקבל את זה. אני ששרתתי בלבנון והייתי קצין.
הוא מדבר בבית בשפה של פציפיזים ועניינים. הוא מתכוון לעשות שירות לאומי ואני לא מבין איך
אפשר לשכנע אותו אם בכלל" (אבי-אבא של מתגייס).

"יש לי בן רגיש במיוחד ומפונק שרוצה לשרת בקרב. אני עברתי את הדבר הקשה הזה, ראיתי הרבה
בשירות, מראות, מלחמות... קשה לי עם זה שהוא יעבור אותו דבר. לא מבין איך זה הולך לקרות גם
לו ואני לא יודע איך לנהל את השיחה הזו איתו..." (דויד-אבא של מתגייס).

מהלך: כל משתתף מקריא את הטקסט ומספר מדוע בחר בטקסט זה?

כיצד אתם מרגישים ביחס לגיוס ילדיכם? נסו לנסח טקסט המתאר זאת בכתב או בע"פ?

סיכום שלב זה: כהורים אנו מרגישים רגשות שונים סביב הגיוס. חלקינו מנסים לשחזר ולתקן את
חוויות השירות שלנו דרך ילדינו אך למעשה עלינו לזהות את הרגשות שלנו סביב נושא זה ולהבין את
מידת ההשפעה של רגשות אלו על התקשורת שלנו עם ילדינו בנושא הגיוס לצבא.

בחלק הבא כל קבוצה תדון בדילמה הקשורה לגיוס ומתוך הדילמות נוציא כלים וטיפים להתמודדות.

פעילות שלישית: דילמות סביב הגיוס

בנכם מצליח מאוד בתחום המחשבים. הוא לומד במגמה זו ומוגדר כתלמיד מצטיין. בנכם מקבל זימון למבחנים ביחידת מחשבים מובחרת, אך הוא מסרב בטענה שזה משעמם אותו לשבת כל היום מול מסך והוא מעדיף להתגייס ליחידה קרבית מובחרת".
מה תעשו במצב זה? מה תאמרו לו? האם מצב זה מוכר לכם או מזכיר לכם סיטואציה דומה?

בתכם מספרת לכם כי היא מתכוונת לבקש לשרת קרוב לבית גם אם זה אומר שהיא תהיה בתפקיד זוטר שלא ממש ממצה את הפוטנציאל שלה. היא טוענת שאין לה כוח לאוכל של הצבא, לשינה מחוץ לבית וכו'. אתם סבורים כי דווקא תפקיד יותר משמעותי ואף רחוק מהבית יקדם אותה ויאפשר לה לחוות עצמאות. מה תעשו במצב זה? מה תאמרו לה? האם מצב זה מוכר לכם או מזכיר לכם סיטואציה דומה?

בתכם מתקשרת אליכם מהטירונות בבכי ומספרת כי קשה לה מאוד... ושהיא רוצה הביתה. היא טוענת שנטפלים אליה, שהיא לא ישנה בכלל ושהצבא זה כלל לא מה שהיא חשבה. היא מספרת כי החברה לא מפרגנים לה וכי המכי"ת יורדת לחייה. בשיחה שהיתה לה עם המ"מ הובהר לה כי היא מיועדת לשרת רחוק מהבית אך היא ממש לא רוצה. מה תעשו במצב זה? מה תאמרו לה? האם מצב זה מוכר לכם או מזכיר לכם סיטואציה דומה?

בנכם משרת בקרבי ורחוק מהבית. אתם דואגים ולעיתים מתקשים להירדם בלילה. אתם מתקשרים אליו לנייד אך הוא לא זמין ברוב המקרים. כשאתם משוחחים איתו, אתם נוטים לשאול אותו פעמים רבות שאלות החוזרות על עצמם כמו "איך אתה מרגיש? הכל בסדר? בטוח?" בנכם מבקש שתפסיקו לדאוג ולחפור כל כך ושהכל בסדר אך אתם מתקשים להפסיק לדאוג. מה תעשו במצב זה? מה תאמרו לו? האם מצב זה מוכר לכם או מזכיר לכם סיטואציה דומה?

כשבנכם/ בתכם חוזרת הביתה מהצבא היא ישנה, או יוצאת לפגוש חברים ואתם מרגישים כי אתם נמצאים בסדר עדיפיות נמוך. אתם מתגעגעים ומרגישים כי אין לכם זמן לתקשר איתו/ איתה ולשוחח איתו/ה. מה תעשו במצב זה? מה תאמרו לו? האם מצב זה מוכר לכם או מזכיר לכם סיטואציה דומה?

שיתוף במליאה וסיכום הדברים:

דרך הדילמות, נוכל להעלות כמה טיפים/ עצות שיכולות להועיל לנו בדרך:

1. חווית הצבא של ילדינו היא ייחודית להם ואין בכוחה לתקן את החוויה שלנו, לכן נאפשר לילדינו לבחור עבורם, נגלה גישה מקבלת לרצונם מבלי לשפוט אותם ונתמוך בהם. יחד עם זאת נביע את עמדתנו גם אם היא אינה מקובלת.
2. אל תשתפו את ילדכם בחרדה שלכם גם ככה הם עמוסים רגשית אלא חפשו כתובת להקשבה כגון חבר, בן זוג וכו', יחד עם זאת אתם יכולים להביע בפני ילדיכם את הדאגה והאכפתיות כלפיהם.
3. הקשיבו לילדיכם בתשומת לב רבה. בשעות הקשות הם זקוקים בעיקר לאמפתיה ולא דווקא לעצות. אל תביעו רחמים כי זה עלול להחליש אותם. נסו לעזור להם למצוא פתרונות למצוקות.
4. קבלו בהבנה את הבחירות של ילדיכם לגבי מפגשים עם חברים. אל תעמידו אותם בפני קונפליקטים של בחירה בינכם לבינם בחופשות. סמכו על כך שהם אוהבים אתכם גם מרחוק.

לסיכום רצוי לשתף את ההורים בתהליך ההכנה לצה"ל הנערך בבית הספר.