

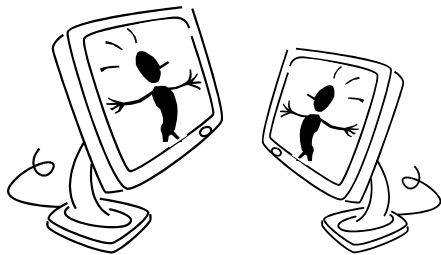


עזרא

ההנהלה הארצית

מחלקת הדרכה

ופניהם איש אל אחיו



להעמקת המודעות העצמית
ויצירת תקשורת נכונה בחברה



הנחיה ועריכה:

קרן בן שושן

שאול דה מלאך

שרה שושן

כתיבה:

אורית שרביט

אפרת קלמן

דניאל לוי

מאיר בן אורי

מלכה איזביצקי

נגה כהן

ערן המאירי

רחלי שטרן

שאול דה מלאך

שחר אלירז

שרה שושן

הגהה:

אפרת ליבר

עיצוב גרפי:

רחל פרידמן



בהוצאת

עזרא - תנועת הנוער התורני הלאומי בארץ ישראל

מחלקת הדרכה

רח' בית הדפוס 11 ירושלים

טלפון: 02-5371640 | פקס: 02-5372639

<http://www.ezra.org.il> | ezra@ezra.org.il

© כל הזכויות שמורות - ירושלים, תשע"א

יש לשים לב כי חלקים מחוברת זו טעונים גניזה





ופניהם איש אל אחיו

תוכן

5	דבר המזכ"ל
6	הקדמת מחלקת הדרכה
8	על החוברת-דבר המערכת
11	ופניהם איש אל אחיו
13	משחק סניפי
29	ופניהם < חבריא ג'
33	רואים עמוק שקוף < 1 < פעולה פתיחה
37	2 < פעולה שנייה
40	3 < פעולה שלישית
43	4 < פעולת סיכום
53	אמת או חובה < 1 < פעולה פתיחה
58	2 < פעולה שנייה
64	3 < פעולה שלישית
76	4 < פעולת סיכום
85	מאחורי הקלעים < 1 < פעולה פתיחה
92	2 < פעולה שנייה
95	3 < פעולה שלישית
98	4 < פעולת סיכום
101	איש < חבריא ב'
105	עצמאות זו המהות < 1 < פעולה פתיחה
111	2 < פעולה שנייה
121	3 < פעולה שלישית
126	4 < פעולת סיכום
137	כל ישראל חברים < 1 < פעולה פתיחה
148	2 < פעולה שנייה
153	3 < פעולה שלישית
159	4 < פעולת סיכום
164	אל אחיו < חבריא א'
168	פנים מול פנים < 1 < פעולה פתיחה
174	2 < פעולה שנייה
179	3 < פעולה שלישית
187	4 < פעולת סיכום
195	עין טובה < 1 < פעולה פתיחה
199	2 < פעולה שנייה
206	3 < פעולה שלישית
211	4 < פעולת סיכום
217	מדריך למדריך



דבר המזכ"ל

ופניהם איש אל אחיו!!

"כיצד הן עומדין (הכרובים)? רבי יוחנן ורבי אלעזר, חד אמר פניהם איש אל אחיו וחד אמר פניהם לבית. ולמאן דאמר פניהם איש אל אחיו הא כתיב (דברי הימים ב ג) 'ופניהם לבית' לא קשיא! כאן בזמן שישראל עושין רצונו של מקום, כאן בזמן שאין ישראל עושין רצונו של מקום" (בבא בתרא, צט, עמוד א)

בתורה מופיע הפסוק "ופניהם איש אל אחיו" בקשר לכרובים שעל ארון העדות. הגמרא דורשת ואומרת שבזמן שישראל עושים רצונו של מקום פניהם איש אל אחיו ובזמן שלא - פניהם לכיוון הבית. יוצא מכאן שיש קשר בין המחויבות שלנו לתורה לבין המחויבות שלנו כאדם אל חברו. אולם הדבר המרתק הוא שכשרוצה התורה להשתמש בביטוי של שלום בין בני האדם היא משתמשת בביטוי "פניהם איש אל אחיו", כלומר - כשאדם פונה אל אחיו, פנייה מלאה שיש בה מבט, קשר עין, שיחה ודיבור ישיר - אז הוא באמת מאוחד!

בחרנו לעסוק השנה בתנועה בנושא שהוא כל כך חשוב ומהותי אך נדחק לעיתים רבות אל השוליים, והוא שינוי תרבות הדיבור בחברה הישראלית. העיסוק בתרבות הדיבור, הדיון בנושא הקשר שבין אדם לחברו, הבנת הבעייתיות של יצירת קשרים המבוססים על מחשב, מסכים וטלפונים והרצון ליצור דיאלוג ושיח אמיתי עם אנשים השונים מאיתנו, כל אלו מציבים בפנינו אתגר חשוב - אתגר של שינוי בצורות ההתנהגות הבסיסיות ביותר שלנו, אתגר של עיסוק בנושא שהוא לא רק חשוב וגבוה, אלא גם נוגע לכל אחד ואחת מאיתנו בחיי היום יום.

עזראים יקרים,

השנה התחלנו מהלך היסטורי בחיי התנועה - התנועה כולה חוגגת את שבת הארגון בשבת אחת! המהלך לאיחוד שבת הארגון, שעליו החליטה ועידת התשעים, מצטרף לשורה של החלטות חשובות שהוחלטו בוועידה ובראשן ניסוח החזון לתנועה. החזון מציב מטרה גדולה ונשגבה של בניית חברה שחיה חיי קודש ומעורבת בחיי החול, חברה שלוקחת אחריות על המתרחש סביבה ומשקיעה את מירב מאמציה בחינוך הנוער. ובעיקר - החזון מציב בפנינו דגל ברור של שאיפה, תפילה והגשמה. הבשורה של איחוד כוחות התנועה, החיבור והעיסוק בחזון התנועה והקריאה המשותפת של כולנו ביחד לשינוי וליצירת תרבות דיבור אחרת, הם שיובילו לבניית חברה המגשימה את הצו האלוקי של ממלכת כוהנים בארץ ישראל.

כל אחד ואחת בביתו, בחוג משפחתו, בכיתתו ועם חבריו, כל מדריך בקבוצתו ומגשים בפעילותו - כולנו כסניפים וכתנועה נפעל ליצירת תרבות דיבור אמיתית, כנה, ראויה וחברית, ואנו מאמינים שאכן נצליח במשימה זו ונזכה להיות באמת עם הפנים אל אחינו, ואז גם נזכה לבניין החברה המתוקנת ולגאולה אמיתית.

חזקו חברים!

בני פרינץ,

מזכ"ל



הקדמת מחלקת הדרכה

מנהיגים יקרים.

לעתים, מתרחשות מהפכות היסטוריות. מי שנמצא באותו דור, לא תמיד שם לב לכך שהעולם משתנה, אך לאורך זמן, עם פרספקטיבה, ניתן לראות במבט לאחור שהתרחש תהליך עמוק ושההיסטוריה פנתה בצומת דרכים והמשיכה לה לכיוון אחר.

אנו נמצאים בליבה של תקופה כזו. שינויים רבים מתרחשים. בעבר, הצורה השכיחה של תקשורת בין אנשים הייתה בלתי אמצעית, ישירה- פנים אל פנים. עם השנים התפתחו צורות תקשורת בלתי ישירות שונות, כשבשנים האחרונות התפתחות זו צברה תאוצה ושינתה מאוד את פני התקשורת בכל העולם. המדיה תופסת מקום מרכזי בחייו של כל ילד, נער ומבוגר והיא מושפעת ומשפיעה על תחומים ורבים שונים בחיינו. מהירות התקשורת, זמינות האנשים והמידע ה"כמעט" מיידיים משפיעים על סדר היום ועל עולם התוכן שלנו.

בנוסף לעולם התקשורת, חלו תמורות משמעותיות בתחום הידע והמידע. צורות חשיבה מתעצבות מחדש, היחס לספרים והיכולת לשמור חומר, לקרוא אותו ולחפש בתוך מאגרי מידע עצומים הופך אותנו לבעלי כח וידע רב לאין ערוך משהיה לנו בעבר...

היכולת שלנו להתבונן בחברנו בעין טובה, המידה בה אנו מחצינים את מי שאנחנו באמת, הגישה שלנו כלפי מי ששונה מאיתנו, רמת העצמאות שלנו, המידה בה אנו אמיתיים והיכולת שלנו לחיות חיי עומק- כל אלו מושפעים מהקידמה ומשפיעים על רבדים שונים בחיינו.

בעת כזאת, ישנן כמה אפשרויות. ניתן להמשיך עם התופעה - "לזרום". יש בכך הרבה מן ההיגיון, הרי תופעה בסדר גודל כזה, העוטפת אותנו מכל עבר, בטלפון, בפלאפון, בהרגלי הלמידה, הקריאה, בתחביבים לשעות הפנאי במבנה החברתי, משפיעה עלינו כה עמוק עד שכמעט ובלתי אפשרי להתמודד איתה.

אפשרות אחרת, אשר גם בה יש הרבה מן ההיגיון, אומרת - התהליך הזה הינו שלילי. אנחנו לא מוכנים לקבל את ההנחה שאין מה לעשות. אנחנו מקימים חומה, מתבצרים ומנסים עד כמה שניתן להילחם בתופעות אלו.

האפשרות השלישית, שאיננה סותרת את שתי הראשונות אלא מתעלה עליהן, ממקדת את השאלה במקום אחר לחלוטין. היא שואלת - מדוע הקב"ה, שמוביל את מהלכי ההסטוריה, הביא את התופעה הזו, בעת הזו? מה תופעה זו באה לתקן, לקדם, לשנות, או חלילה להרוס? זוהי שאלה קשה ומורכבת שניתן לענות עליה תשובות רבות ומגוונות הסותרות לעתים זו את זו.

התשובה שהנחתה אותנו בכתובת החוברת הייתה שעלינו מוטלת המשימה ללמוד מהתופעה. בעידן של צי'אטים מקפצים, טוקבקים חסרי זהות והודעות טקסט קצרצרות, ניסינו ללמוד איך אנו הופכים את התופעה לאתגר. איך העובדה שאני יכול להראות הכל לכולם בפייסבוק, מזמינה אותי דווקא לחשיבה של מה אני רוצה להראות. האפשרות שנפתחה לי להזדהות עם כל כינוי העולה על רוחי ולא דווקא שמי האמיתי, מזמינה אותי לבחינה עצמית, לשאול את השאלה של "איך אני רוצה להראות כלפי חוץ" ומהם החלומות שלי. העובדה שהיום אינני צריך לצאת מהבית על מנת לבצע רכישות או לשוחח עם אנשים





הופכת את הפגישות שלי עם אנשים למשהו שאני עושה שלא מתוך הכרח, אלא מתוך התכוונות. לא מתוך שיעבוד, אלא מתוך בחירה. בחירה המצריכה דיוק, אמיתיות, חוסר זיוף...

לכן העידן הזה הוא עידן הפנים אל פנים. הביטוי "ופניהם איש אל אחיו" שמתייחס לצורת העמידה של הכרובים על ארון העדות, אמור להוות מודל לצורת התקשורת הנכונה בתוך עם ישראל - בין איש לאחיו ובין קבוצות שונות בחברה. הפנים שמגלות את הפנים שלי, חושפות את העובדות שאני הכי מנסה להסתיר ומחייבות אותי להכיר אותן, להתמודד איתן, לעדן אותן, לקדש אותן.

זהו האתגר לדורנו. התנועה בחרה להיות בו חיל חלוץ, להוביל את המודעות לקשרים, לאמת, לחברות ורעות בעידן של קשרים וירטואליים, כאמירה שקשורה הרבה מעבר לחניכיו. חניך בתנועה צריך להיות מופת ומנהיג למי שמודע לכל השאלות הללו, למי שהכלי הטכנולוגי מזמין אותו להתבוננות, למודעות, לחשיבה וממילא לתיקון.

בחברת אנו מתמודדים עם הצורות השונות והמגוונות בהן אנו נפגשים עם "מהפכה" זו. בכל אחד מהמערכים ישנה התמודדות בשלושת האפשרויות שהזכנו למעלה. חשיבה על עצם הדבר ועל המקומות בהם אני מקבל אותן, ניסיון לנהל קרב בלימה ולמזער את השפעתו השלילית על חיי, אך הכי חשוב- הפיכת ההתמודדות לאתגר המזמן צמיחה ומודעות שלי כלפי הדברים.

בהכנת החוברת היו שותפים רבים. את שמות כולם לא ניתן להזכיר כאן, אך עלי להודות לרחל פרידמן, המעצבת הנאמנה שלנו, שלאורך שנים מצליחה להפוך את החוברת מאוסף מאמרים לחוברת חיה, נושמת, בועטת ומלאת עניין.

בעריכת החוברת ובגיבוש החשיבה שלה היו שותפים כל צוות הכותבים, אך שתיים מתוכן - קרן בן שושן ושרה שושן נרתמו כל כולן למען החוברת ולהוצאת דבר מתוקן, מדויק, מובן ואמיתי. חוברת זו היא פרי עמלן בחשיבתן העמוקה והיצירתית, באיסוף החומר ובעריכתו.

מדריכות, מגשימות, מגשימים ומדריכים יקרים! אנו מאמינים כי כולנו מסוגלים להניף את הדגל של ופניהם איש אל אחיו ולהוות מודל לכלל החברה. מודל של חברה קשובה יותר, איכפתית יותר ואמתית יותר אשר בה שוכן היי"ת ודרכה הוא מתגלה.

בברכת התנועה

חיזקו חברים וחברות!

שאול דה מלאך

ראש מחלקת הדרכה

ירושלים תשע"א



מבנה החוברת > הוראות הפעלה

שלושה שערים

החוברת בנויה על בסיס הפסוק "ופניהם איש אל אחיו". ומחלקת אותו לשלושה שערים: השער הראשון נקרא "ופניהם", והוא עוסק בנו, בפנים, במי שאנחנו. השער השני נקרא "איש" והוא עוסק באיש, במפגש שלנו עם החברה והקבוצות שונות בה. השער השלישי נקרא "אל אחיו" והוא עוסק בקשרים שלנו עם האנשים הקרובים אלינו, האחים שלנו.

סדר יורד

החוברת בנויה מה"כבד" אל ה"קל", כך שהשער הראשון מתאים לקבוצות הבוגרות והשער האחרון מתאים לקבוצות הנמוכות.

חלוקה לגילאים - שבעה מערכים

בחוברת ישנם שבעה מערכים ובכל מערך ישנן ארבע פעולות. שימו לב, המערכים אינם מחולקים לגילאים. הסיבה לכך היא הרצון להתאים כל מערך באופן פרטני לקבוצה הנתונה. מכיוון שיש שוני גדול בין אותן הקבוצות בסניפים שונים, ערכנו את החוברת באופן המשאיר למדריך את אפשרות הבחירה איזה מערך הוא המתאים ביותר לחניכיו. מכיוון שיש קשר בין המערכים שבתוך השערים, אפשר וממומלץ גם לשלב רעיונות מפעולות שונות במערכים שונים.

משחק סניפי

על מנת לחוות את הנושא בצורה חווייתית ולגבש את הסניף כולו סביב הנושא, הכנו עבורכם משחק סניפי. המשחק ממחיש את הנושא ומאפשר לכל הקבוצות לגעת במגוון רחב של נושאים בדרך מהנה ושונה.

אם כך, מבנה החוברת שלפניכם הוא:

א. "ופניהם" - שער ראשון עוסק באני ועצמי - על האישיות והעומק שבי, על מי שאני באמת על הפנים והפנימיות שלי ועל החלקים שבי אותם אני בוחר לחשוף בפני אחרים.

המערכים שבשער זה:

1. רואים עמוק רואים שקוף- על מושגים של עומק ורדידות בחינו.
 2. אמת או חובה - על היכולת שלי להיות אמיתי בעולם וירטואלי.
 3. מאחורי הקלעים - על שמירה על צניעות ופנימיות בעולם של החצנה.
- ב. "איש" - שער שני בנושא - אני והחברה-- על היחס שלי לחברה ה"כלל - ישראלית", למי ששונה ממני וחי אחרת ממני, ועל יחסי התלות הקיימים ביני ובינה.



המערכים שבשער זה:

1. **עצמאות זו מהות** - על היכולת לשמור עת עצמיות ביחס לחברה הכללית.
2. **כל ישראל חברים** - על חשיבות הקשר עם קבוצות שונות בחברה.
- ג. **"אל אחיו" - שער שלישי בנושא - אני והחברים** - על הקשרים שלנו עם האנשים הקרובים לנו ביותר ועל הצורך בכל אחד וייחודיותו.

המערכים שבשער זה:

1. **פנים אל מול פנים** - על חשיבות הכרת הייחודיות שלי ושל חברי.
2. **עין טובה** - על הסתכלות אמיתית בטוב שבאנשים, לא דרך מסך חיצוני.

מבנה כל מערך

כל מערך מחולק לארבע פעולות, אשר כל אחת מהן עוסקת בשלב אחר בהתייחסות שלנו לתופעה קיימת. פעולה אחת עוסקת בבחינת התופעה כפי שהיא באה לידי ביטוי בחיים שלי. פעולה שנייה עוסקת בקיומה של התופעה בחברה. פעולה שלישית עוסקת בהשלכות של התופעה על הקשרים שלי עם הסביבה ופעולה רביעית מתייחסת לאופן הנכון שבו אנו רוצים להשתמש בתופעה.

חשוב להדגיש: מכיוון שהפעולות בנויות כמערך, ייתכן שפעולה מסוימת תעורר בקרב החניכים שאלות שיקבלו מענה רק בפעולה הבאה או בזו שאחריה. לשם כך, חשוב שכל מדריך ומדריכה המעבירים את הפעולות יזכרו שני כללים החשובים להדרכה:

1. **חשוב להשאיר שאלה טובה בלי פתרון.** לא כל פעולה צריכה להסתיים במסר ברור, במיוחד כשהיחס שלנו לנושא הוא לא קבלת התופעות כפי שהן או שלילתן, אלא נסיון למצוא את האופן שבו התופעה יכולה לקדם אותנו.
2. **להקדים על כך לחניכים.** להבהיר לחניכים כי ארבעת הפעולות הינן חטיבה אחת. לכן, יש להיזהר ממצב שבו חניך מגיע רק לפעולה אחת (וממילא נשאר עם השאלה...).

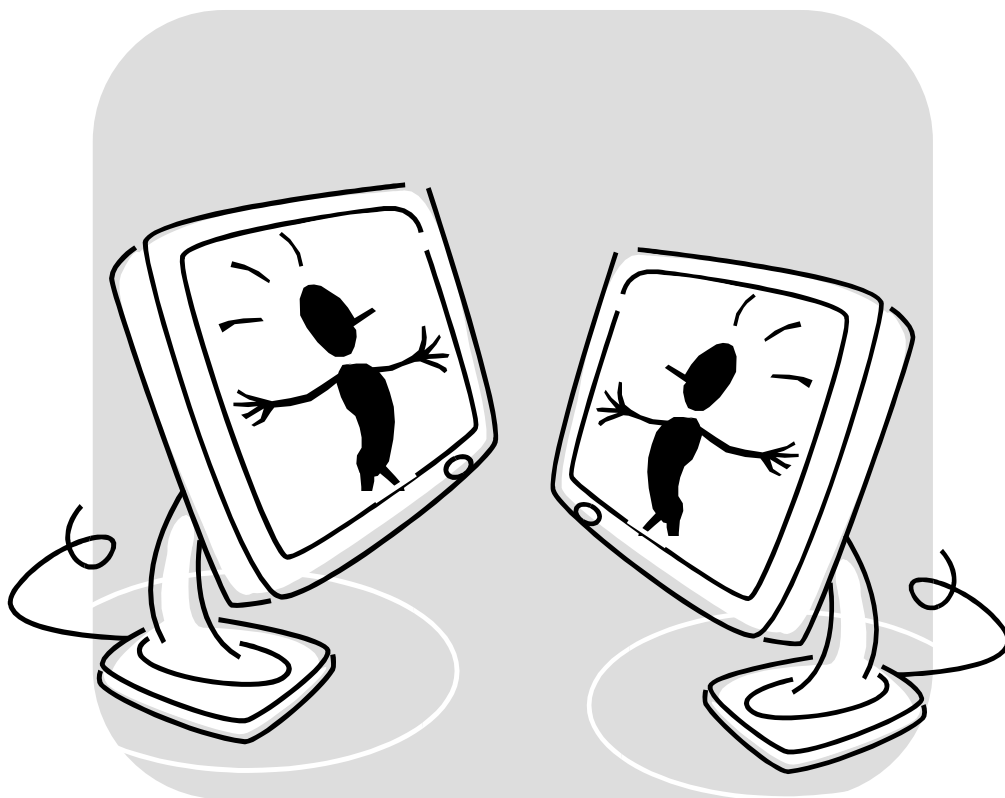
נקודה אחרונה והכי משמעותית!

הנושאים בהם עסקנו בחוברת ייגעו, קורב לודאי, בכל אחד מכם בנקודות כאלו ואחרות. בטרם ניגש עם הנושא אל החניכים, כדאי שנברר קודם כל עם עצמנו- באיזה נקודות הנושא הזה פוגש אותי? האם אני מגיע עם עמדה מגובשת אליו ועד כמה אני מסוגל לצאת לרגע מעצמי ולהתבונן על התופעה מבחוץ? שילוב ההתבוננות מבחוץ עם החיבור האישי והניסיון הוא שיוביל להעברת מערך משמעותי, מקדם ומחולל שינוי.

חזקו חברים!

ופניהם איש אל אחיו

אני והאסן « גשחזן סניפי





החניכים יפתחו מודעות ביחס לשימוש במכשירים טכנולוגיים, וינהלו דיון ביחס לשימוש המוגבר בכלי התקשורת וההתאמה של כלי התקשורת לצורך.

החניכים יפגשו צד נוסף בעולם התקשורת והדיבור, וירצו לשפר את דרכי התקשורת שלהם בחיי היומיום.

1. יתן לאצבעות ללכת במקומך... (על השימוש בהודעות טקסט)
2. LIKE!? (על השימוש בפייסבוק)
3. לא לצייטוט! (על שימוש מוגבר בציאטים)
4. דברים שרואים מכאן (על שיחות עמוקות בטלפון)
5. "סיי צייייייז!!!!!!" (על צילום תמונות בפייסבוק)
6. לי קוראים ניק! (על שם משתמש בדוי ועוד תחפושות)
7. סיכום וזכייה.

- מכינים את התחנות הבאות במקומות שונים בסניף או לידו, מתחלקים לקבוצות (אפשר לפי הקבוצות המקוריות, ואפשר לערבב. במקרה שמערבבים, כדאי לתת לכל קבוצה צבע או שם (ניתן לתת שמות של כלי תקשורת)). כל קבוצה תעבור במספר תחנות ותצבור נקודות. הקבוצה שצוברת את מירב הנקודות היא הקבוצה המנצחת.
 - יש להכין מראש לוח ניקוד של הקבוצות והתחנות.
- את התחנות יתפעלו המדריכים, מגשימים, בוגרים וכדומה.
- המשחק כשלעצמו מגניב, מאתגר ומשעשע. חשוב מאוד לייצר את האווירה ולהשקיע בעיצוב התחנה. כך העניין במשחק ילך ויגבר. אם יש יותר קבוצות, אפשר להכין תחנה באופן כפול.

1. 'תן לאצבעות ללכת במקומך'... (על השימוש בהודעות טקסט)

כאשר אנו משתמשים ב־מ.ס.אנו עלולים להתרגל לחשוב באופן פשוט, קצר וקולע ולהימנע מדבר על רגשות ועל דברים מורכבים. השימוש ב־מ.ס. יכול לגרום לאדם להימנע מלהביע את רעיונותיו, רגשותיו



ורצונותיו בצורה אמיתית ועמוקה. בתחנה זו ננסה להמחיש לחניך את הבעייתיות שיכולה להיווצר בעקבות השימוש הרב ב.ס.מ.ס. ונגרם לו להבין את הקושי שיש בהעברת מסרים בדרך זו.

- נחלק לקבוצה רשימת נושאים (נספח 1). על הקבוצה לנסח כל נושא בצורה של ס.מ.ס. (70 תווים). לכל קבוצה יש אפשרות להחליט על שני נושאים שלהם היא מקדישה הודעה כפולה (140 תווים). על כל הודעה מוצלחת הקבוצה מקבלת 10 נקודות.

2. LIKE!? (על השימוש בפייסבוק)

כאשר אנו "מתייגים" משהו שאנו פוגשים, אימרה או תמונה, אנו יכולים להגיע למצב שבו אנו נמנעים מלחשוב לעומק על דברים ועל המורכבות שיש בהם, משום שהמושגים היחידים הם אוהב או לא אוהב. זאת משום שיש דברים שאני לא יכול להתייחס אליהם באופן רדוד ומנותק. אולי יש לי יחס סתמי מאוד, אולי אני משוגע על זה? (אבל האם אני אוהב פרסומת חדשה כמו שאני אוהב את המאבק למען פולארד?) אם אנחנו מפריזים בעניין כלשהו יתר על המידה, אנחנו עלולים לפספס את ההבנה האמיתית שלו, להקטין אותו ולהתרגל לחשוב בצורה רדודה שלא דורשת ההעמקה ולמידה. בתחנה זו חשוב להציף את העובדה שישנם דברים מורכבים בחיים, שלא הכל שחור-לבן ושכדאי להיזהר מחשיבה מצומצמת ורדודה.

- מחלקים לכל חניך שני פתקים בשני צבעים שונים שאחד מהם הוא like והשני הוא unlike (נספח 2).
- מקריאים סטטוסים (נספח 3).
- בכל פעם בוחרים שני נציגים. על הראשון לשכנע את הקבוצה להצביע like ועל השני לשכנע את הקבוצה להצביע unlike. לכל נציג יש 20 שניות כדי להביע את עמדתו בנושא.
- לאחר מכן עורכים הצבעה קבוצתית. קבוצה שבה כולם הצביעו את אותו הפתק מקבלת 10 נקודות על אותו משפט. (קבוצה שמתאמת הצבעות מפסידה 15 נקודות).

3. לא לצייטוט! (על שימוש מוגבר בצי'אטים)

שימוש בצי'אט הוא מצוין להעברת מידע ולתקשורת מיידית, אך הוא עלול ליצור תקשורת לא נכונה בין אנשים. כאשר שני אנשים מתכתבים אפשר להבין את הנכתב בכמה משמעויות שונות ולא לרדת לעומק הדברים, או להבין באופן חסר כשלא תמיד רואים את התמונה המלאה, את הטון הנכון, את מבט העיניים... זה מה שננסה לדמות בתחנה - צורות הבנה לא נכונות אחד של השני.

- נחלק לקבוצה חלקי שיחה מצי'אט (נספח 4), לכל קטע יש 45 שניות להוציא כמה שיותר מובנים ממנו. לדוגמה, את שני המשפטים "רוצה לבוא אלי?" - כן שנייה" אפשר להבין בצורות הבאות:

◀ עוד שנייה אני באה אליך

◀ עוד שנייה אני אקשיב למה שאמרת

◀ למה נראלך שאני אצא מהבית?





◀ אתה גר בחו"ל ואני גרה בארץ - ההצעה הייתה בציניות

◀ עוד שנייה אני אצא אליך.

◀ אני בעונש ואסור לי לבוא אליך. אתה מוכן להפסיק לצחוק עלי?

- על כל מובן מקבלים 10 נקודות. מותר להוסיף סמילים על מנת להבין את ההודעה בצורה שונה.

4. דברים שרואים מכאן (על שיחות עמוקות בטלפון)

כאשר אנו מדברים עם אדם בטלפון אנו יכולים להחמיץ את מהות השיחה ואת התוכן האמיתי והעמוק שלה. הטלפון יכול ליצור ריחוק ובריחה משיחה אמיתית ולמנוע מהדובר ומהמקשיב הבנה עמוקה של המתרחש בצד השני. בשיחה בטלפון הבעות הפנים אינן נראות ויש החמצה של רובד מסוים בהבנת תוכן השיחה. לפעמים אנחנו אף עושים בזה שימוש לא מודע כשאנחנו אומרים דברים שלא היינו מוכנים לומר פנים אל פנים, או לפחות לא באותו האופן.

בתחנה זו ננסה ללמוד שדרך הקשבה בלבד לא תמיד ניתן להגיע לתוצאה הרצויה והאמיתית.

- מחלקים לכל חניך דף חלק ועט.
- בוחרים מתנדב ונותנים לו ציור המורכב מצורות (נספח 5). אומרים לו שהמשימה שלו היא להסביר לשאר חברי הקבוצה מה מציור כך שהקבוצה תצייר זאת באופן מדויק. אסור לקבוצה לראות את הציור שנמצא אצל הנציג!
- על כל ציור מדויק הקבוצה מקבלת 10 נקודות.

5. "סי ציירייז!!!!!!" (על צילום תמונות בפייסבוק)

אנו מצטלמים כאשר אנו רוצים להנציח חוויה מסוימת. מי לא אוהב לשבת על הספה, להסתכל באלבום המשפחתי ולהעלות זכרונות?

הבעיה עלולה להיווצר כאשר אנו יוצרים חוויות על מנת לצלם ולפרסם אותן. יכול להיווצר מצב שבו אנו שוכחים לחוות את החוויה ורק עסוקים בלהצטלם ולדאוג שנראה בסדר בתמונה ושיראו אותנו במרכז. אנו יכולים להגיע למצב שבו אנו רואים מקומות, פוגשים אנשים וחווים דברים דרך עדשת המצלמה במקום ליהנות מהחוויה ולקבל ממנה משהו אמיתי.

ננסה להגדיר מתי אנחנו חווים דברים באמת והתמונה היא לא העיקר, ומתי אנחנו משחזרים חוויה מהעבר.

- מחלקים דף משימות (נספח 6) ומבקשים מהחניכים לביים את המשימות ולצלם אותן.
- על כל תמונה מוצלחת הקבוצה תקבל 10 נקודות.

6. לי קוראים ניקי! (על שם משתמש בדוי ועוד תחפושות)

בעידן החדש של הטכנולוגיה, אנחנו לרוב נפגשים עם אנשים שאיננו יודעים מי הם באמת, ולא מזדהים בשם האמיתי שלנו אלא עם "כינוי". יש בכך יתרון גדול, משום שכאשר אנחנו פותחים לעצמנו שם משתמש חדש אנחנו יכולים לבחור מה לפרסם ומה לכתוב.



לכן, לא אחת יכול לקרות מצב שבו ישנם פרטים לא נכונים על אנשים (גיל, מין תחביבים ועוד). על ידי האוסף הזה בעצם נוצרת דמות לא אמיתית שאיננה קיימת במציאות, ושאפשר להשתמש בה ליצירת קשרים על בסיס לא אמיתי ושקרי. הקשר שנרקם עם דמות שהיא לא קיימת הוא קשר לא נכון ועלול להיות מסוכן.

בתחנה זו נראה שגם הפרטים השקריים שאנו אומרים על עצמנו הם חלק מהזהות האמיתית שלנו (כמו תחפושת בפורים...) ולפי זה יכירו אותו באמת.

- מחלקים לכל חניך דף עם מספר שאלות (נספח 7) על עצמו ומבקשים ממנו למלא אותו ולהגיש למדריך.
- מקריאים את התשובות בלי להגיד את שם החניך שכתב אותן, ועל הקבוצה לנחש את שם החניך. כל חניך שהקבוצה מגלה תוך פחות מ-10 שניות היא מקבלת 10 נקודות.

7. פלאפון

כאשר אנו מדברים בפלאפון אנו עלולים למצוא את עצמנו עסוקים בדברים אחרים, לא להיות קשובים לגמרי למתרחש בשיחה ולהבין דברים בצורה לא נכונה.

בתחנה זו ננסה לראות מהי הקשבה אמיתית ואיך היא בסיס לשיחה אמיתית ונכונה, ועד כמה אנו באמת מקשיבים כשאנחנו עושים עוד דברים במקביל. כשאנחנו מדברים בפלאפון ותוך כדי כך משוטטים באינטרנט, קוראים משהו או שותפים כלים, אנחנו לא תמיד מרוכזים בשיחה. נכון, כולם יכולים לעשות כמה דברים במקביל. באמת? אולי כדאי לבדוק את זה.

- נותנים לכל חניך משימה. אם החניך מפסיק את המשימה שלו באמצע הוא נפסל והקבוצה מאבדת 10 נקודות.
- מסתובבים בין החניכים, ושואלים אותם את השאלות תוך כדי שהם ממשיכים במשימות שלהם. על כל תשובה שגויה יורדות לקבוצה שלוש נקודות. על כל שאלה נכונה הקבוצה מקבלת חמש נקודות.



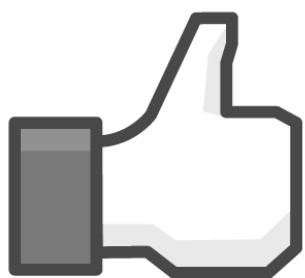
SMS úđçú

עליכם לכתוב את ההודעות הכמות כ-70 תווים. לכחיתכם שתי הודעות שאותן תוכלו לעשות כפולות (140 תווים). על כל הודעה שהצליחם לרשם מקבלים 10 נקודות.

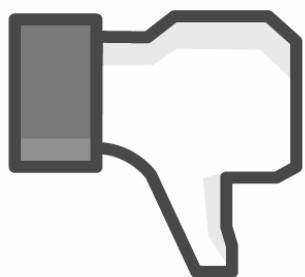
- ◀ הצעת נישואין
- ◀ אמא ביקשה שתגיד לאחר לקנות לחם, 2 חלב וביצים ועוד משהו מתוך לאחים הקטנים, לקחת מסבתא את החבילה שהכילה, ולחזור עד ארבע בדיוק הביתה.
- ◀ לחבר הכי טוב שלך יש יומולדת, נסה לשמח אותו ולאחל לו משהו שמתאים לו.
- ◀ להסביר את הרעיונות הבאים במילים שלך:
- ◀ בארץ רחוקה רחוקה לפני שנים רבות חי לו זקן סיני שכל הזמן כולם דיברו על כמה שהוא חכם. כולם היו עולים אליו לרגל לשאול שאלות ולקבל עצות ולכל בעיה היה לו פתרון. יום אחד הגיע יהושע אל אותו זקן סיני חכם. יהושע היה צעיר משועמם שרצה לבדוק באמת עד כמה הסיני חכם. הוא אמר לו שהוא מחזיק בידו פרפר ושאל אותו מה הוא חושב, האם הפרפר חי או מת. הזקן חשב רגע וענה: "בידך הדבר, אם אומר שהוא מת, תפתח את ידך ותשחרר אותו לחופשי, ואם אומר שהוא חי - תמערך אותו באצבעותיך ותהרוג אותו".
- ◀ "האדם נברא בתור שליח. עצם היצירה, הלידה, מכילה בתוכה בהכרח את דבר מינוי השליחות. השבועה שעליה מספרים לנו חז"ל היא בעצם הנוסחה, שבה נעשה שימוש במהלך מינוי השליחות. לפני שמינה אברהם אבינו את אליעזר להיות שלוחו השביע אותו, יעקב השביע את יוסף ויוסף אף הוא השביע את אחיו. את העובדה שמישהו חי בזמן מסוים, בתקופה מיוחדת ובמקום מוגדר ולא נולד בתקופה אחרת ובנסיבות אחרות, נוכל להבין אם ורק אם נקבל את עצם הרעיון בדבר שליחותו של אדם. ההשגחה יודעת היכן וכיצד יוכל הפרט היחיד על חסרונותיו וכוחות הנפש האצורים בו לקיים את שליחותו, באילו נסיבות ותנאים ובאיזו חברה יהא זה בכוחו של אדם למלא את שליחותו". (הרב סולוביצ'יק)
- ◀ חבר מתקשר ואתה באמצע שיעור תורה, אתה צריך לומר לו שיתקשר בעוד שעה.
- ◀ המדריך שלך ביקש ממך להודיע לכל הקבוצה שהולכים לשמח בבית האבות השכונתי מחר בחמש וחצי. כדאי וצריך כמובן גם להסביר למה אנחנו עושים את זה.
- ◀ צחקת על חבר שלך לעיני כולם ואתה רוצה לבקש ממנו סליחה.
- ◀ כבר הרבה זמן אתה לא מבין איך זה שה' יודע הכל, ומצד שני אתה בוחר מה אתה עושה. שאל את הרב אבינר.
- ◀ קבעת עם המדריך שלך שיחה אישית ואתה מאחר בחצי שעה, באמת באמת לא באשמתך...







Like



Dislike

סטטוסים להצבעות:

- 👍 קיבלתי 100 במבחן בחשבון! איזה אושרררר!!!
- 👍 הגענו היום לסניף עשרה מתוך כל חמישה עשר...
- 👍 געגוע זה מין חוט שמקשר בין לב ללב, וככל שהמרחק גדל החוט נמשך וזה כואב...
- 👍 מחר שלוש שעות חופשיות, ואז שעתיים רצוף פיזיקה, מתמטיקה, ואומנות.
- 👍 יהה! קדימה קיבלה 12 מנדטים בבחירות...
- 👍 נגמר הטיול ועכשיו ביתת
- 👍 היום לפני חמש שנים גירשו את יהודי גוש קטיף מהבית. "עוד אבנך ונבנית"
- 👍 מחר גומרים ללמוד ברבע לשלוש
- 👍 נפלתי מצוק בגובה 4 מטרים ושברתי תיד... אווה!!
- 👍 סופסוף נגמר היום המסריח הזה!
- 👍 גלעד שליט בכל מחיר!
- 👍 מסע סוכות בשומרון! לצאת או לא לצאת?
- 👍 קיבלתי חשבון פלאפון ממש גבוה!!
- 👍 אוף! הפסדתי פעולה כי אמא שלי הכריחה אותי לשמור על אחי הקטן!
- 👍 עזרא מעלה יהוחפץ (תכתבו את שם הסניף שלכם) אימפריה!!



- רוצה לבוא אלי?

- כן שנייה



O: - את כועסת עלי?

- לא



(; כל כך כיף לי לבוא לשם כל פעם



@: תודה באמת



P: הלכתי היום עם אמא לעיר וקניתי בגד לחג.



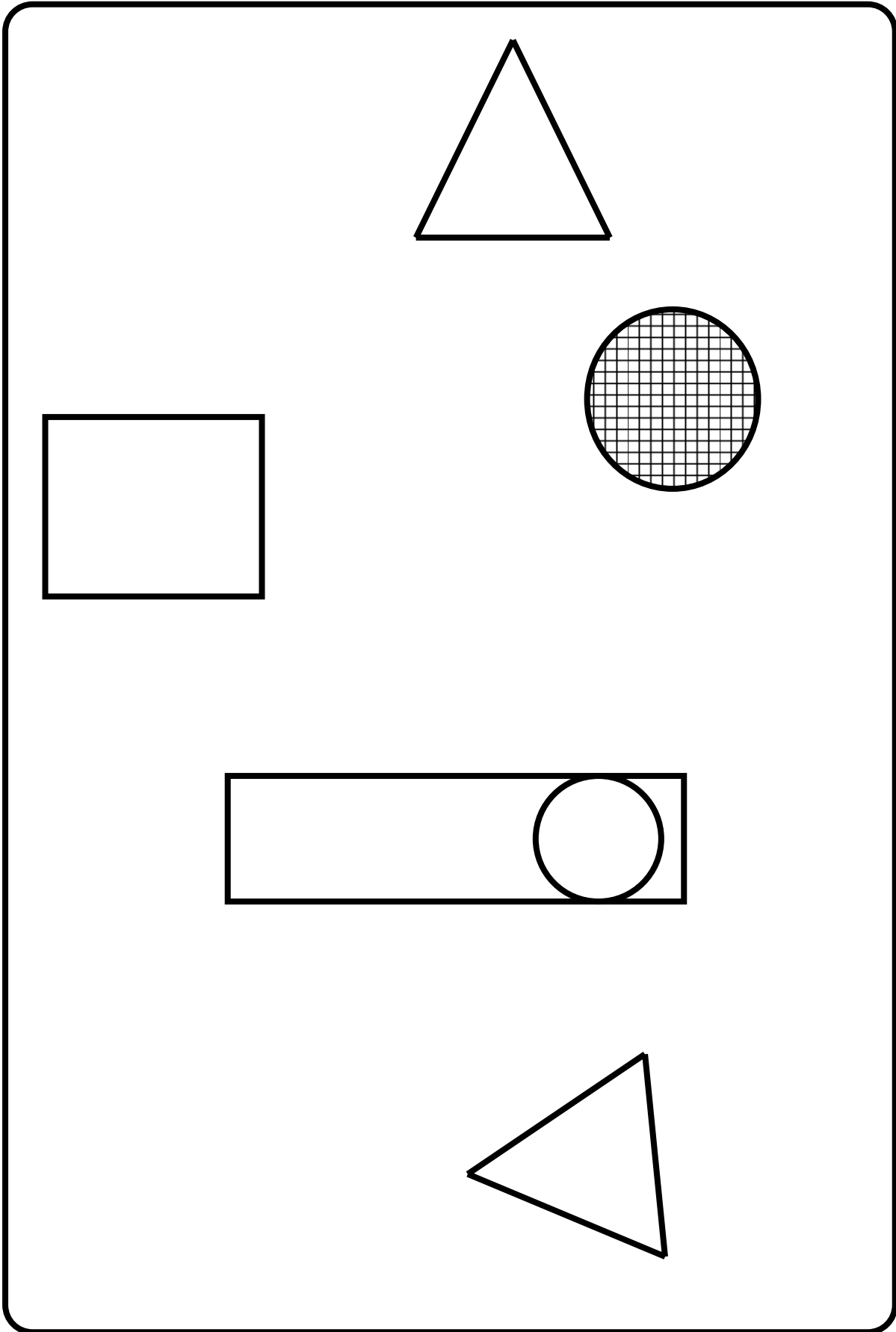
D: - איפה אתה?

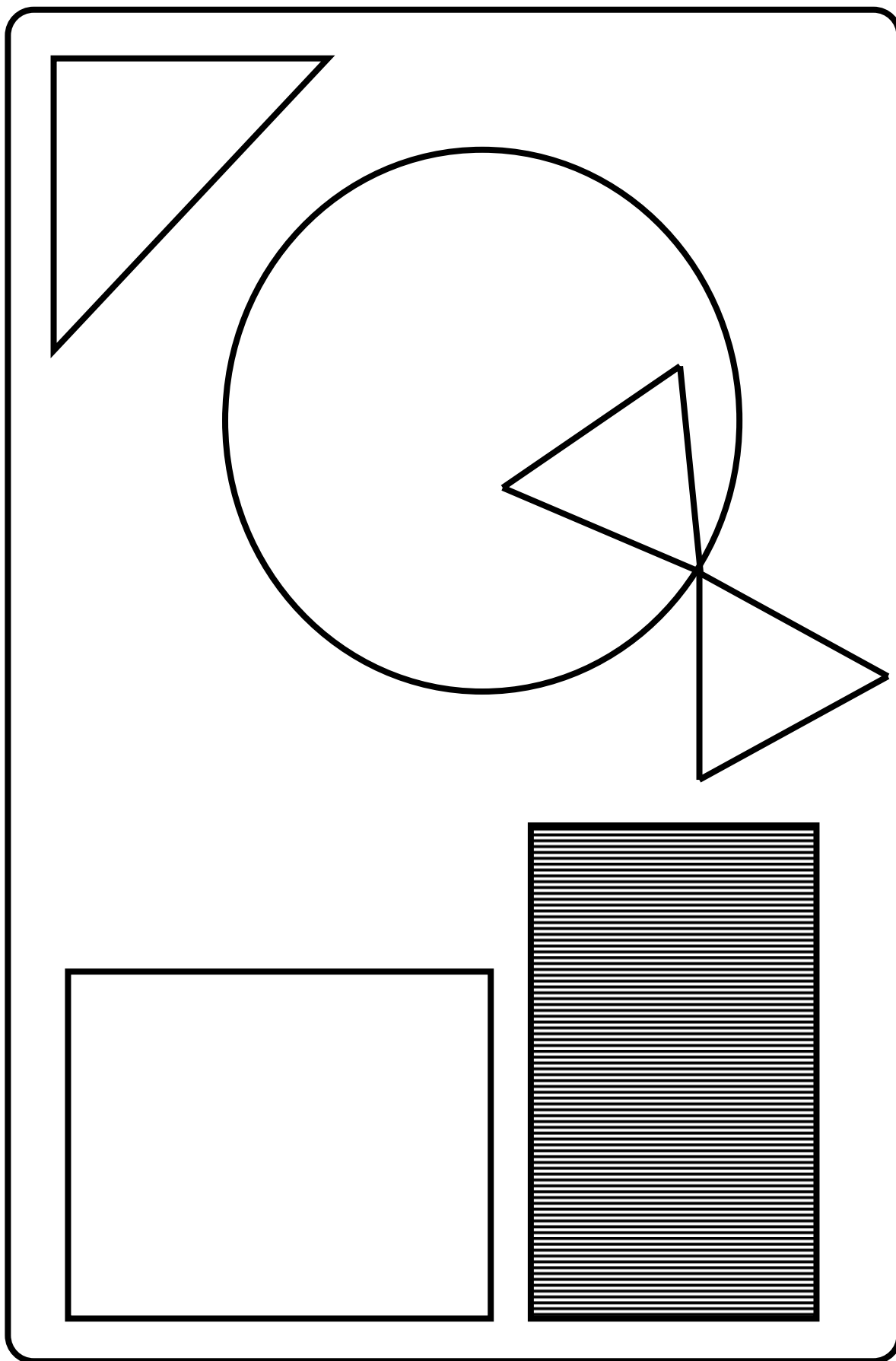
- בירושלים

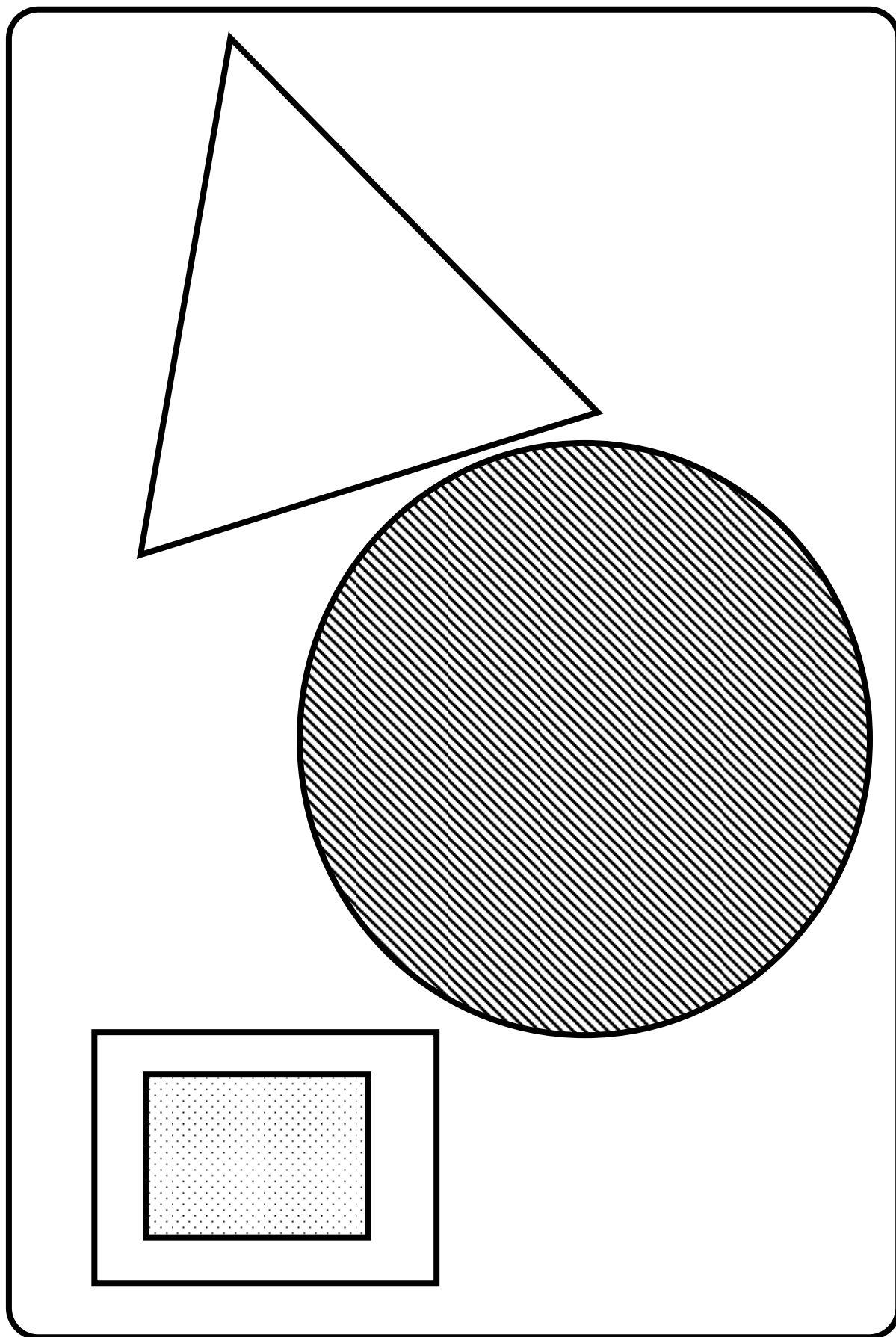


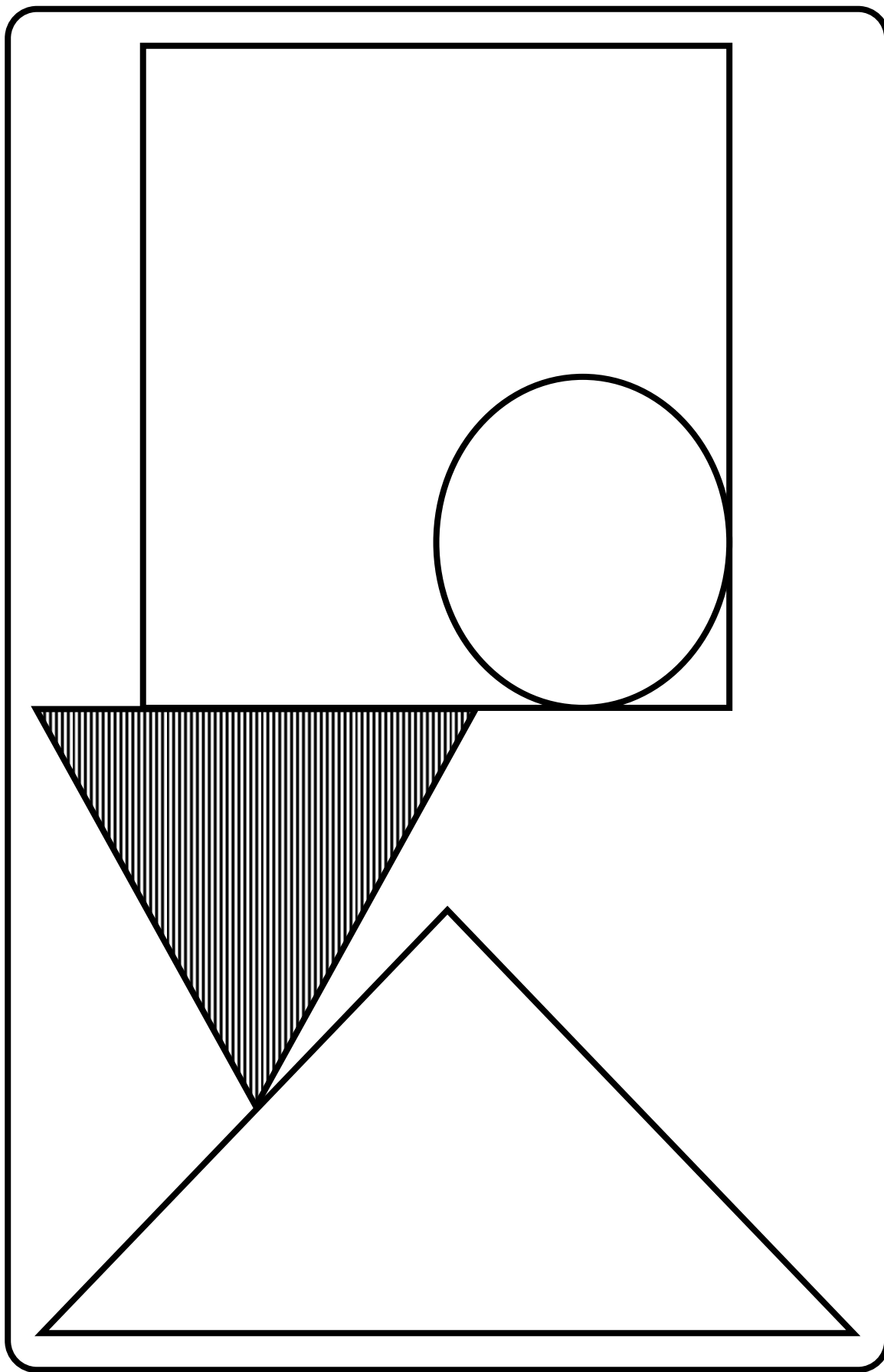
י: דיברתי עם המדריך שלי, והוא אמר שהוא דיבר עם יוסי, והוא הולך לשם.

זה כל כך מעצבן! אני כבר תכננתי לדבר איתו שאני אלק, אבל הוא הקדים אותי











ציזז!!!!!!

👍 המדריך שלכם עוזב, וכולם צריכים לראות כמה אתם קשורים אליו וכמה זה עצוב. העלו תמונה בהתאם.

👍 אתם נמצאים ביהודייה, כל החברים חייבים לדעת איזה אמיצים אתם... אתם מצטלמים ככה ומעלים לפייסבוק.

👍 איזו חתונה מקסימה היתה.. כל כך מרגש! צריך להעלות את התמונה המשפחתית שבסוף.

👍 תראו איזו קבוצה מעולה אנחנו...

👍 יום בישול בסניף

👍 חבר שלי בשליחות בחו"ל, ולא ראיתי אותו כמעט שנה... נעלה לו תמונה שלי.

👍 טקס יום השואה

👍 הרקדה של יום העצמאות

👍 שיחשבו שזכינו מקום ראשון במחנה

👍 הופעה של חודש אירגון



כשטוני אהיה גדול אני אהיה

----- אני אגור ב

----- לבד אהוב

----- מאכל אהוב

----- תחביב

כשטוני אהיה גדול אני אהיה

----- אני אגור ב

----- לבד אהוב

----- מאכל אהוב

----- תחביב





עליך לשחק סנייק ולשבור שיא!	עליך לכדרר את הכדור	ספר למי שיושב מימינך מה אכלת היום לארוחת בוקר.
ספור עד 187. כשתגמור, ספור בסדר הפוך וכן הלאה, עד סוף התחנה.	עבור בין כל הילדים ותן לכל אחד כיף לפי סדר הישיבה, חזור על הסבב עד שתיגמר התחנה. עליך לבצע את המשימה בשקט, בלי להפריע למדריך.	זמזם לעצמך את השיר "להיות עזראי"
מה יש יותר בחדר? ילדים שלובשים סוודר או ילד שלובשים חולצה/מעיל? בכמה? בכמה אחוזים?	נסח הודעה של 70 תווים שהיית רוצה להעביר לראש הממשלה.	חשב כמה זה 17 בריבוע





שאלות:

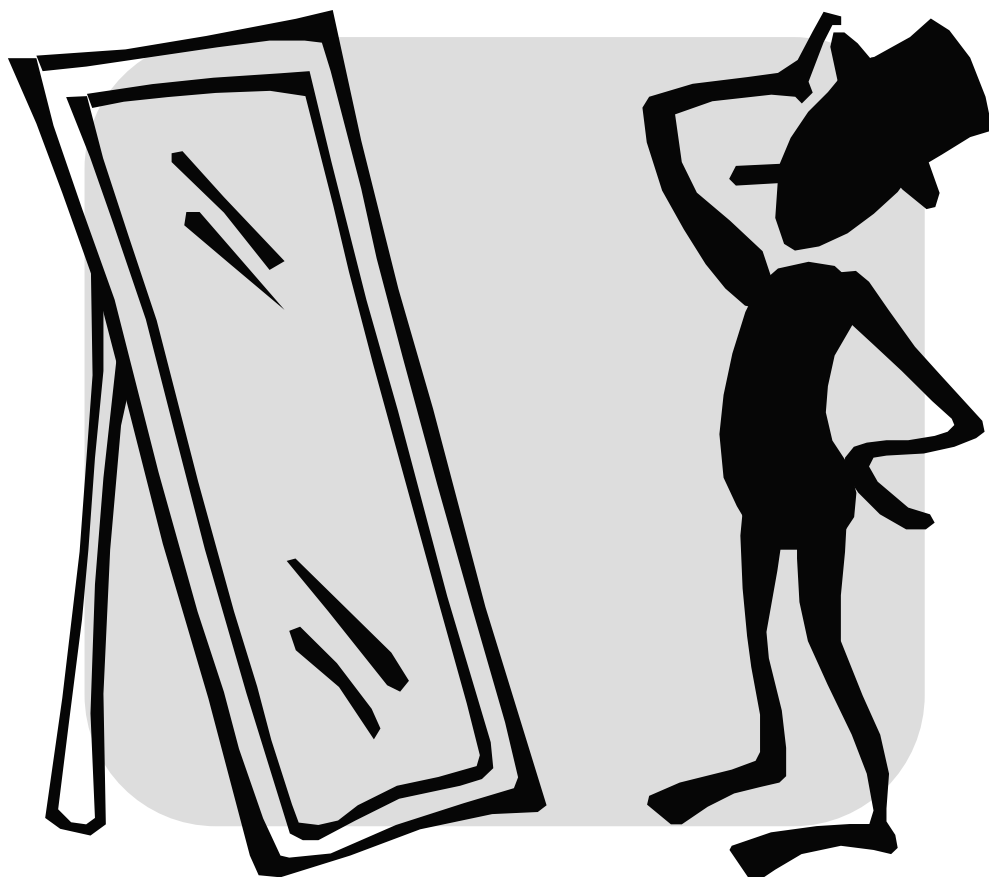
- מי היה ראש הממשלה הראשון?
- כמה זה 143 לחלק ל-11?
- מה עדיף - קיץ או חורף?
- מי הילד הכי גדול בקבוצה? באיזה תאריך הוא נולד?
- באיזה תאריך חוגגים את יום ירושלים?
- לחצתי במחשב X+CONTROL, מה עשיתי?
- מה זה סמיילי עם נקודותיים, מקף, וכוכבית?
- מה מגיע אחרי "כורך" בסימני סדר פסח?
- הגידו את המנון התנועה מן הסוף להתחלה (ונתחזק חיזקו חיזקו ארצנו את...)

שאלות בנושא עזרא:

1. באיזו שנה קמה תנועת הנוער 'עזרא' (תרע"ט)
2. באזו מדינה קמה התנועה? (גרמניה)
3. על שם מי קרויה התנועה? (עזרא הסופר)
4. אילו סניפים קמו ראשונים בארץ? (תל אביב ופתח תקווה)
5. מנה לפחות שלושה יישובים שייסדה התנועה? (גת רימון, חפץ חיים, יסודות, נתיבה, שעלבים-שלהבת, מבוא מודיעין ומבוא חורון)
6. מהי סיסמת התנועה? ("הישיבה היא בית חינוכנו, שלטון התורה מטרטנו, לעם ולארץ נקדיש את חיינו")
7. מהי ברכת התנועה? (המברך: "חיזקו חברים" הקהל: "חזק ונתחזק")
8. שמה של איזו קבוצה נלקח מהפסוק הבא: "נירו לכם ניר ועת דרוש את ה' עד יבוא ויורה צדק לכם" (נירים)
9. על שם איזה ספר קרויה קבוצת אורות? (על שם ספרי 'אורות' של מר"ן הרב קוק).
10. מה מסמל העיגול הגדול בסמל? (את כל העולם)
11. מה מסמלים לוחות הברית בסמל? (את התורה שהיא הערך העליון עליו מושתת פעולתנו)
12. מה מסמלים שלושת המשולשים הכהים בסמל? (החוט המשולש: ארץ ישראל - עם ישראל - תורת ישראל)
13. מה יוצרים המשולשים הקטנים בסמל עם המשולש הגדול? (מגן דוד שהוא מרכיב בדגל הלאום)
14. מה הם שנים עשר הקווים בסמל? (שנים עשר השבטים)
15. כמה סניפים קיימים כיום בתנועה? (45 סניפים)
16. מי הם רבני התנועה? (הרב סתיו והרב וייצמן)
17. מי הוא ראש מחלקת ההדרכה בתנועה? (שאול דה-מלאך)
18. כיצד נקראת קבוצת חינוך מיוחד בתנועה? ('ארזים')

ופניהם

שערי האשון « אני ביחס לעצמי



ופניהם

וואים עמוק וואים שקוף « מעורק ראשון
- ער מושיט שר עומק ורידורג בחייו -





1 < רואים עמוק רואים שקוף

מטרת הפעולה <

החניכים יבחינו בקיומם של עומק ורדידות בעולם ביחס לתחומים שונים.
החניכים יפגשו עומק בחייהם וישאפו לחיות חיי עומק.

מבנה הפעולה <

1. עומק ורדידות בעולם
2. הגדרת עומק מול רדידות
3. הצבת עומק כשאיפה ויעד

מהלך הפעולה <

1. עומק ורדידות בעולם

- משחקים עם החניכים את המשחק "חזירים קפיטליסטים" בגרסה קצת שונה: מחלקים לחניכים פתקים בשני צבעים. על צבע אחד כותבים את המילה "עמוק" ועל הצבע השני כותבים את המילה "רדוד". מקריאים לחניכים רשימה של דברים ותופעות מהעולם, למשל: כוכב נולד, הרצאה באוניברסיטה, קונצרט וכו' (נספח 1), והם יצטרכו להביע את דעתם על הדבר באמצעות אחד מהפתקים, לפי הכללים הבאים:

◀ אם כל אחד הרים פתק אחר - אף אחד לא מקבל סוכריה.

◀ אם כולם הרימו צבע מסוים ורק אחד הרים צבע אחר - הוא מקבל שלוש סוכריות.

◀ אם כולם מרימים את אותו פתק - כולם מקבלים סוכריה.

לכאורה, מי שהצליח להצביע לבדו על משהו שהוא עמוק זכה בגדול - אבל אנו נדרוש ממנו להסביר למה הדבר הזה באמת עמוק, ורק הסבר משכנע יזכה בסוכריות.

- תוך כדי המשחק מניחים את הדברים שזכו להגדרת "עמוק" בצד אחד ואת אלו שזכו להגדרת "רדוד" בצד השני (לכן חשוב להכין אותם על כרטיסיות). נכון שלא על הכול תהיה הסכמה - אבל פחות או יותר לפי כיוון הקולות. שואלים: מה מבדיל את אלו מאלו? מה הופך את אלו למשהו "עמוק" ואת אלו ל"רדוד"? התשובה מורכבת כמובן ממגוון תשובות. ניקח למשל את "שיעור תורה". זוהי דוגמה קלאסית למשהו עמוק, לא? לא בהכרח! תלוי: האם הוא השפיע עלי, האם התחברתי לנושא, האם מי שהעביר אותו היה מחובר לשיעור וכו'. כנ"ל לגבי כל אחד מהדברים. כלומר, יש דברים מסוימים שצריכים לקרות כדי שאני אחווה חוויה עמוקה. מנסים להבין את הדברים האלו ומתוכם להגיע להגדרה של מהו דבר עמוק.



2. הגדרת עומק מול רדידות

- מחלקים לחניכים את השיר "כשזה עמוק" (נספח 2) ומנסים להבין מה קורה כשזה עמוק. נקודות אפשריות לפיתוח:
 - ◀ "עוצר כל העולם" - חוויה עמוקה "תופסת" אותנו חזק, עד שכל השאר נראה באותו רגע פחות חשוב.
 - ◀ יש הרגשה ש"לתמונה נוספו הרבה צבעים" - חוויה עמוקה היא רב-גונית, עשירה ומעשירה אותנו במשהו חדש.
 - ◀ "את יודעת" - חוויה עמוקה מלווה בתחושה פנימית חזקה, שלא תמיד ניתן להסביר.
 - ◀ "הרוח כמו נושאת אותך למקומות זרים" - בחוויה העמוקה יש תחושה של משהו אחר, חדש, שלא הייתי בו לפני כן.
 - ◀ "שלגים של כעס בתוכך בין רגע נמסים" - החוויה העמוקה מחוללת בנו שינוי.
- מסכמים עם החניכים את המאפיינים המרכזיים הקיימים בעומק ואינם קיימים ברדידות: רב-גוניות לעומת חד-גוניות, תחושה פנימית לעומת חיצונית, חידוש לעומת מה שידוע לנו, תחושת שינוי לעומת סטטיות.

3. הצבת עומק כשאיפה ויעד

- מתארים לחניכים מצב שבו תורם אנונימי החליט להרים תרומה לקהילה והוא רוצה להיעזר בסניף לצורך כך, ולכן הוא נותן 10,000 שקלים לכל קבוצה לבצע בעזרתם פרויקט חסד כלשהו. מחלקים את הקבוצה לשניים (או יותר) ומבקשים מהקבוצות לחשוב על רעיון לפרויקט ולתכנן אותו לשלבי ביצוע. לאחר מספר דקות מבקשים מהקבוצות לשתף ברעיונות שלהן, ובוחנים:
 - כמה רחוק החניכים חלמו? כמה גדולים היו הרעיונות שלהם? האם הם חשבו על רעיונות עמוקים שיכולים לחולל שינוי משמעותי, או הסתפקו בחלוקת סוכריות לחולים או לקשישים?
- קוראים עם החניכים את הקטע של ר' שלמה קרליבך (מקור 3) ומנסים להבין את הקריאה של הרב ואת הציפייה שלו מאיתנו להיות עמוקים ולא שטחיים. דנים עם החניכים: האם הם מזדהים עם שאיפה זו? כמה מחשבה הם הקדישו לה בחייהם עד כה? כמה הם משתדלים ליישם אותה?

לסיכום: ראינו שקיימות בעולם חוויות עמוקות, רדודות ומה שביניהן. ניסינו להגדיר מה הופך חוויה לעמוקה ומה לרדודה, והצבנו את הרף של ר' קרליבך - להיות אנשים עמוקים.



הרצאה
באוניברסיטה



כוכב
נולד



שיעור
תורה



פעולה
בסניף



שיחת
טלפון



קונצרט



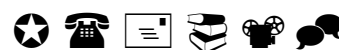
פסקה
באורות
הקודש



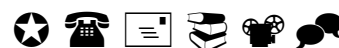
שיחה עם
חבר טוב



שיר של רחל
המשוררת



סרט





כשזה עמוק / קורין אלאל וענבל פרלמוטר

כשזה עמוק עוצר כל העולם

ואת קוטפת כוכבים

כשזה עמוק

את מרגישה שלתמונה

נוספו המון צבעים

מה מסתתר בתוך שנייה מתוקה

כשזה עמוק את יודעת

מה שנשאר בסוף זאת רק השתיקה

כשהוא רחוק את לבד.

כשזה עמוק

הרוח כמו נושאת אותך למקומות זרים

כשזה עמוק

שלגים של כעס בתוכך בין רגע נמסים...

"אל תהיו יהודים שטחיים. כמעט ואין יהודים עמוקים, ולהיות יהודי שטחי זו סתירה,
כי הקב"ה לא הוציא אותנו ממצרים, ולא נתן לנו את התורה,
ולא עברנו אלפיים שנות גלות, ולא חזרנו ארצה, כדי להיות יהודים שטחיים.
אם אני נותן לך מיליון דולר אני מקווה מאוד שלא תקנה עם זה סוכריות..."
(ר' שלמה קרליבך)





2 < רואים עמוק רואים שקוף

מטרת הפעולה <

החניכים יבחנו את חייהם ביחס לרדידות ולעומק וישפטו אם המינון הנוכחי נכון ומתאים להם.

מבנה הפעולה <

1. בחינת עצמי ביחס לרדידות ולעומק
2. מציאת התחומים העמוקים והתחומים הרדודים ומיפויים
3. יצירת סביבה שמאפשרת עומק

מהלך הפעולה <

1. בחינת עצמי ביחס לרדידות ולעומק

- מלקים לחניכים תמונות תלת ממדיות (נספח 1). מבקשים מהם להתבונן בתמונה שלפניהם ולנסות לזהות מהו החפץ המצויר בתמונה. ההתבוננות צריכה להיעשות באופן כזה: יש להצמיד את התמונה לפנים ובהדרגה להרחיק, כך שהמבט לא יתמקד בתמונה אלא יביט בה באופן מטושטש (למתקשים נגלה שהחפץ שהם מחפשים הוא כיסא). בודקים כמה מהחניכים מצליחים לראות את הכיסא...
- מניחים בשני קצות החדר המנוגדים בריסטולים שעל אחד מהם כתוב "עמוק" ועל השני כתוב "רדוד". מותחים בין הבריסטולים ציר דמיוני ומבקשים מהחניכים לעמוד. מקריאים לחניכים רשימה של עיסוקים שמאפיינים את חיי היומיום שלנו (נספח 2) ומבקשים בכל פעם מכל אחד לעמוד על הציר במקום שמאפיין את החוויה של אותו עיסוק בעבורו. למשל, האזנה למוזיקה. שימו לב שחניכים שונים חווים אחרת את אותם הדברים. בילוי עם חברים יכול להיות מאוד עמוק בעבור אחד, ורדוד ביותר בעבור השני. אם כן, מהו עומק ומהי רדידות?
- בוחנים יחד עם החניכים: כמה אחוז מהיממה הממוצעת שלנו אנחנו מבליים בדברים עמוקים לעומת רדודים? האם חצי מהיום שלי הוא עמוק? שלישי? רבע? או פחות מזה...? האם קל לנו להתבונן לעומק? (ע"ע התמונה התלת מימדית...)

2. מציאת התחומים העמוקים והתחומים הרדודים ומיפויים

- מנסים למפות יחד עם החניכים מהם התחומים שבהם הם חווים בעיקר עומק ומהם התחומים שבהם הם חווים בעיקר רדידות.
- מניחים בריסטולים על רצפת החדר כשעל כל אחד מהם כתובה אחת מהמילים הבאות: משפחה, חברים, סניף, אומנות וספורט, לימודים. בסבב הראשון מבקשים מכל אחד לעמוד ליד



המילה שמייצגת את התחום שקיבל את הציון ה"עמוק" ביותר. בסבב השני מבקשים מכל אחד לעמוד ליד המילה שמייצגת את התחום שקיבל את הציון ה"רדוד" ביותר. אפשר לחילופין גם לבקש מהם להתחלק לקבוצות קטנות לפי התחום העמוק או הרדוד הדומיננטי שלהם (למשל: כל מי שבשבילו משפחה זה עמוק - ביחד, וכו') כעת כל חניך מתעמת עם התחום ה"עמוק" וה"רדוד" שלו. מבקשים מהקבוצות לחשוב ולהעלות השערות - מה הופך את התחום הזה לרדוד או לעמוק בעבורו.

- כעת, מבקשים ממספר מתנדבים להציג קטע מסוים של הצגה בכמה אופנים שונים, כאשר המדריך יהיה ה"במאי" ובכל פעם יקטע אותם וינחה אותם כיצד עליהם להציג. ההצגה: דני חוזר הביתה מהסניף לאחר פעולה בחודש ארגון ורוצה לחוות חוויה עמוקה. הצורות השונות להציג את הקטע:

- א. דני במצב רוח עצוב
- ב. דני במצב רוח שמח
- ג. אמא של דני מעודדת אותו ועוזרת לו למצוא חוויות עמוקות
- ד. אמא של דני יורדת עליו ומזלזלת ברעיון ההזוי שלו
- ה. האחים הקטנים של דני משגעים אותו ומפריעים לו לחשוב
- ו. בבית של דני יש שקט וכולם ישנים

- כשמסיימים עם ההצגות השונות, עורכים ניתוח לרעיון שמאחורי ההצגות. לכולנו יש תחומים שבהם אנו חווים ופועלים מתוך עומק, ויש תחומים שבהם אנו נוהגים ברדידות. מדוע, למשל, עם החברים אני רדוד ועם המשפחה אני עמוק? יש גורמים שונים בחיים שלנו שמשפיעים על העניין. למשל, כמו שראינו בהצגות, ועוד: הסביבה משפיעה, האדם שמולי משפיע, מצב הרוח שלי משפיע, רמת המודעות שלי משפיעה, הנושא משפיע, סוג החוויות שאליהן נחשפתי עד כה משפיע. אז מה אני צריך לעשות כדי שהחיים שלי יהיו מלאים בכמה שיותר נקודות של עומק?

3. יצירת סביבה שמאפשרת עומק

- מבקשים מהחניכים להעלות רעיונות כיצד לחזק ולהגביר את נוכחות העומק בחיינו. אפשר להוסיף ולהעזר ברעיונות הבאים:

- ◀ יצירת "נישות" של עומק
- ◀ כשאנחנו במקום רדוד - להרים את הרמה
- ◀ להתחבר לאנשים הנכונים
- ◀ להיות מודע
- ◀ לעבות ולחזק את הדברים והתחומים שכבר עמוקים אצלי

לסיכום: בחנו את החיים שלנו בהקשר של עומק ורדידות, הבנו מהם הגורמים המשפיעים על העומק והרדידות הנלווים לחוויה וחשבנו על דרכים שבעזרתן נוכל ליצוק עומק לחיינו.





- | | | | |
|------------------------------|---|----------------------|---|
| לישון | ◀ | האזנה למוזיקה | ◀ |
| לאכול | ◀ | שיעור מתמטיקה | ◀ |
| ללמוד תורה | ◀ | לשחנ"ש עם המדריך | ◀ |
| להיות בפעולה בסניף | ◀ | להיות בבית עם המשפחה | ◀ |
| לשחק כדורסל או כדורגל | ◀ | לבלות עם חברים | ◀ |
| לדבר בטלפון עם חבר קרוב | ◀ | שיעור אמונה | ◀ |
| ועוד עיסוקים מחיי היומיום... | ◀ | לראות סרט | ◀ |
| | | לשרוץ בסניף | ◀ |



3 < רואים עמוק רואים שקוף

מטרות הפעולה <

- החניכים יכירו את המרכיבים הקיימים בקשר שלהם עם הסביבה.
- החניכים יבינו את הקשר שבין צורת קליטת הסביבה, לבין העומק העובר דרכו.
- החניכים ייבנו צורות קליטה עמוקות של הסביבה.

מבנה הפעולה <

1. חשיפה - מגוון צורות קליטה של הסביבה
2. מיפוי החושים והבנת תפקידו של כל חוש, עומקו ומה הוא קולט
3. הצבת החושים על הסולם רדוד - עמוק
4. סיכום: מרכיבים - חושים - מדיות ביחס לרדוד עמוק.

מהלך הפעולה <

1. חשיפה - מגוון צורות קליטה של הסביבה

- מבקשים משני חניכים להתנדב למשימה. חניך אחד יצטרך להעביר לחניך השני תחושות ומסרים שונים (נספח 1), בכל פעם בדרך אחרת ועם הגבלות אחרות (נספח 2). למשל: חניך אחד יצטרך לגרש את החניך השני מהחדר בתנועות ראש בלבד. דוגמה נוספת: חניך אחד יצטרך להציע לחניך השני להיות חבר שלו באמצעות שפת סימנים. מנתחים: יש לנו דרכים שונות להעברת ולקליטת מסרים מהסביבה: מבט עין, שמיעה, מגע ומרחק גופני, דיבור ואינטונציה, אפילו ריח.

2. מיפוי החושים והבנת תפקידו של כל חוש, עומקו ומה הוא קולט

- משחקים מספר משחקים שימחישו את תפקידו של כל חוש, בשלב זה מחלקים לחניכים את המשימות הבאות, בלי לקשר את המשימות לחושים:
- חניך אחד יוצר צורה מורכבת כלשהי באמצעות גופו. שאר החניכים עומדים עם הגב אליו ולא רואים אותו. החניך צריך להנחות אותם כיצד ליצור את אותה צורה בדיוק (למשל: שימו את יד ימין על אוזן שמאל, הטו את הראש לאחור וכו'). אז: חניך אחד מקבל ציור המורכב מצורות שונות, השאר מקבלים דף חלק. החניך מנחה את שאר החניכים כיצד לצייר את הציור. (חוש הראייה)
 - שני חניכים ינהלו שיחה על נושא מסוים, פעם אחת בצעקות ופעם אחת בלחישות. (חוש השמיעה)



- שני חניכים יציגו סיטואציה של מפגש בני שני חברים טובים שלא התראו זמן רב. הגבלה: הם חייבים לשמור על מרחק של לפחות מטר ביניהם. (חוש המישוש)

- שני חניכים ימציאו שפת סימנים ויתקשרו זה עם זה באמצעותה. (דיבור)

- ניתן לשני חניכים לטעום מאכלים שונים בעיניים עצומות ולזהות אותם. (חוש הטעם)

לסיכום המשחקים נבדוק את התחושות שעלו בקרב מבצעי המשימות השונות ונדגיש את התפקידים הייחודיים לכל צורת קליטה או חוש, כפי שהם מופיעים בטבלה (נספח 3). כל חוש בעצם מאפשר לנו לקלוט מימד נוסף של האחר או של הסביבה. בשמיעה יש מה שאין בראייה (להיות קשוב, לשמוע עומק, להיות מרוכז לאורך זמן, לעומת למידת המון פרטים בבת אחת, הצצה חטופה המלמדת המון, וכן על זה הדרך).

3. הצבת החושים על הסולם רדוד - עמוק

- כעת, מבקשים משני מתנדבים להציג שיחת נפש עמוקה בין שני חברים. מניחים על הרצפה לידם כרטיסיות שעליהן כתוב: דיבור, ראייה, שמיעה, מרחק, מגע. הכרטיסיות מייצגות את המרכיבים שמותר להם להשתמש בהם בשיחתם. מבקשים מהם להתחיל להציג, כאשר לאט ובהדרגתיות לוקחים מהם בכל פעם אחת מהכרטיסיות: בהתחלה לוקחים את "מגע", אחר כך את "מרחק" (שמשמעותה שימוש בקרבה ובריוח פזיזים), לאחר מכן את ראייה, שמיעה ודיבור.

- מנהלים דיון עם ה"שחקנים" ועם ה"קהל":

האם היה קשה לוותר על הכרטיסיות? האם היה מוזר לצפות בשיחה כזו כשהיא נטולת מבט עין, הקשבה, דיבור? מה היה קורה אם במקום שיחת נפש היה מדובר בשיחה עם החברה על הברזלים בשכונה? האם היו מרכיבים שהיה קל יותר לוותר עליהם? הרעיון הוא שככל שאנו רוצים לקלוט את המציאות בצורה עמוקה יותר, אנו צריכים להשתמש ביותר חושים וצורות קליטה. דמיינו את מעמד הר סיני הגדול והנורא - ועכשיו בהדרגה דמיינו אותו בלי ההמון העומד צפוף, בלי העשן סביב ההר, בלי הריח שלו, בלי הקולות החזקים ובלי דיבורו של הקב"ה - ומה נשאר?

לסיכום: הבנו שישנן צורות שונות לקלוט דרכן את המציאות, והן מתבטאות בעיקר בחושים שלנו. הבנו מה התפקיד של כל חוש בקליטת המציאות וראינו שככל שיותר חושים משתתפים בחוויה - כך גדל הסיכוי שהיא תהיה חוויה עמוקה, ולהיפך.



נספחים <<

נספח 1

- ◀ אני אוהב אותך
- ◀ אני כועס עליך
- ◀ לך מפה
- ◀ רוצה להיות חבר שלי?
- ◀ מי אתה?
- ◀ איך אני נראה?
- ◀ ועוד...

נספח 2

- ◀ אסור לדבר
- ◀ אסור לדבר ולהסתכל בעיניים
- ◀ אסור להזיז את הידיים
- ◀ בעזרת מגע בלבד
- ◀ בעזרת תנועות עיניים בלבד
- ◀ בעיניים עצומות
- ◀ בעזרת שפת סימנים מאולתרת
- ◀ ועוד...

נספח 3

חוש	תפקיד
ראייה	ראיית השני והעולם בכלל, התמצאות בשטח, הבחנה בין אנשים, בעלי חיים, חפצים וכו', צורת קליטה לחיצוניות של מי שמולי
שמיעה	הבחנה בין טונים, צלילים וקולות שונים, יכולת לדעת מה אומרים לי
דיבור	שיח עם השני, הבהרת עמדות, יכולת לשיר
מגע, מרחק פיזי	יצירת קירבה וריחוק, חציית הגבול בין האובייקט לביני
ריח	הבנת ה"אווירה" של הדבר (הארומה). הזדהות מיידית ובלתי אמצעית של אוהב או לא אוהב
טעם	מציאת טעם הדבר, תחושה של נעים לי או לא נעים לי ביחס לחפץ





4 < רואים רחוק רואים שקוף

מטרת הפעולה <

החניכים ילמדו כיצד להפוך את החיים לעמוקים וכיצד לחוות קשרים עמוקים, תוך התמקדות בשימוש במדיות שונות, במינון ובצורה הנכונים.

מבנה הפעולה <

1. הבנת האפשרויות הגלומות בכל אחד מאמצעי התקשורת
2. הבנת סוגי הקשרים שלנו והעומק שיכול לעבור בהם
3. התאמת המדיה לעומק הקשר שאנו רוצים ליצור
4. הבנת המאמץ האישי שחיים עמוקים דורשים

מהלך הפעולה <

1. הבנת האפשרויות הגלומות בכל אחד מאמצעי התקשורת

בפעולה הקודמת ראינו שכדי לקלוט את המציאות בצורה עמוקה יש צורך בשימוש במגוון רחב ככל האפשר של חושים וצורות קליטה. כעת נבדוק מהי השפעתה של המדיה על צורת הקליטה שלנו.

- מחלקים לכל חניך "מרכיב" מהמרכיבים והחושים שדיברנו עליהם בפעולה הקודמת (דיבור, ראייה, שמיעה וכו'). בקבוצות גדולות, יהיו מספר חניכים עם אותו מרכיב. מכינים כרטיסיות של אמצעי התקשורת השונים (נספח 1) ובכל פעם שולפים מרכיב אחר, וכל "מרכיב" שחושב שהוא נמצא באותו אמצעי תקשורת צריך לשכנע את הקבוצה בכך. אם הרוב מסכימים - הוא מקבל סוכריה. כלומר, האינטרס של כל "מרכיב" להיות נוכח בכל אחד מאמצעי התקשורת. בפועל, זה לא כך. למרכיב "ראייה" יהיה קשה לשכנע את הקבוצה שהוא נוכח ב.ס.מ.ס, וכו'. הרעיון הוא לראות אילו מרכיבים של תקשורת נמצאים (או יכולים להימצא) בכל אחד מאמצעי התקשורת. למשל:

	ראייה	שמיעה	מגע	דיבור (בקול)	ריח	חשיבה	התבטאות בכתב
שיחת טלפון	×	✓	×	✓	×	✓	×
הודעה	×	×	×	×	×	✓	✓
פייסבוק	×	×	×	×	×	✓	✓
ציאט	×	×	×	×	×	✓	✓
שיחת וידאו	✓	✓	×	✓	×	✓	×
פנים אל פנים	✓	✓	✓	✓	✓	✓	×



מסכמים: למדנו שיש לנו דרכים שונות לקלוט את העולם, וככל שמשתמשים בכמה שיותר מהן יש סיכוי לחוות חוויה עמוקה יותר (על כך דיברנו בפעולה הקודמת). אבל... אמצעי התקשורת שדרכם אנו יוצרים קשר עם העולם לא בהכרח מאפשרים לנו להשתמש בכל צורות הקליטה האלו, דבר העלול לגרום לסיכוי נמוך יותר לחוות עומק בקשרים שלנו! זהו הזמן לבדוק את הקשרים שלנו.

2. הבנת סוגי הקשרים שלנו והעומק שיכול לעבור בהם

- מפזרים על הרצפה כרטיסיות עם ציורים של דמויות שונות מהחיים שיש לנו בדרך כלל קשר איתן (נספח 2). מבקשים מהחניכים לסדר את הדמויות על ציר - מהדמות שיש לנו איתה את הקשר העמוק ביותר, עד הדמות שאיתה הקשר שלנו הכי רדוד. למשל: המורה למתמטיקה, אבא/אמא וכו' (חשוב להשאיר את הכרטיסיות על הרצפה!).
- מחלקים לחניכים את הכרטיסיות מהשלב הקודם (נספח 1) (מכל סמל כדאי להכין כמה כרטיסיות). מבקשים מהחניכים להתאים לכל דמות את אמצעי התקשורת שדרכו אנחנו מתקשרים עם אותה דמות רוב הזמן. עדיין משאירים את כל הכרטיסיות על הרצפה כפי שהן סודרו על ידי החניכים.

מסכמים: האם אנו מרוצים מתמונת המצב? נניח שרוב המפגש שלי עם המורה למתמטיקה הוא פנים אל פנים, אך המורה אינו דמות משמעותית בעבורי, ולעומת זאת רוב התקשורת שלי עם החבר הטוב היא דרך הפייסבוק - האם אני רוצה להסתפק בזה? האם ככה אני יכול למצות את העומק של הקשר שלנו ולהביא אותו לנקודה הכי גבוהה שלו? מבקשים מהחניכים לחשוב על הפער בין רמת עומק הקשר עם האדם שמולנו ובין הדרך שבה אנו מתקשרים איתו.

3. התאמת המדיה לעומק הקשר שאנו רוצים ליצור

אחרי שהבנו שלעומק הקשר ישנם מרכיבים שונים, גם עצם העניין (האם השיעור שאני שומע הוא עמוק או לא) וגם צורת הפעולה (האם אני שומע שיעור ב"אם פיי", אני קורא תמלול של השיעור, רואה אותו בטלוויזיה, נוכח שם פיסית או לומד אותו בחברותא וכדומה), כששני הגורמים משפיעים על עומק הקשר. כאן המקום להזכיר את השאיפה שחשפנו בתחילת הפעולות - להיות חיי עומק. כדאי להזכיר את הלימוד של ר' שלמה קרליבך על "היהודים העמוקים", ולחשוב איך אנחנו הופכים להיות כאלה, או לפחות משתדלים. לשם כך כדאי לשים לב היטב לשני המרכיבים שעליהם דיברנו - תוכן העניין, והדרך או המדיה שבה אני קולט או חווה את הדבר.

ראשית, ננסה להתאים את הדרך, ונלמד מה עלינו לעשות ביחס לכך, אם ברצוננו להיות חיים עמוקים.

- מבקשים מהחניכים לסדר את הכרטיסיות, אבל הפעם באופן שונה. כמו כן, מוסיפים להם כרטיסיות נוספות, שאינן מבטאות רק צורות קשרים, אלא גם צורות לימוד וחוויה (נספח 3). מבקשים מהם לסדר את שמות האנשים שאיתם אנו יוצרים מפגש, מהדמות שאיתה הייתי



רוצה שיהיה לי את הקשר הכי עמוק, ועד לדמות שאיתה הכי פחות חשוב לי שיהיה לי קשר עמוק.

- אפשר לעשות את המשימה הזו כמשימה אישית, אך לשם כך כדאי להכין דפים מיוחדים (נספח 4). אחרי שכל אחד מסדר את החוויות שאותן הוא היה רוצה שיהיו הכי עמוקות, מחלקים שוב את כרטיסיות המדיה. מזכירים לכולם שאנחנו כבר יודעים שלמדיה יש השפעה על הדרך שבה אני קולט את הדברים, ושואלים האם הדרך שבה אני עושה את זה מתאימה לעומק שאני רוצה שזה יתפוס בחיים שלי (לדוגמה, אם אני רוצה שהקשר הכי עמוק שלי יהיה עם החבר הכי טוב, האם זה נכון שאת כל ההתקשרות איתו אני אעשה דרך צ'אטים ופייסבוק). אחרי שחושבים על השאלה העקרונית, מנסים להתאים את הכרטיסיות של צורות המדיה לאופנים שלדעתנו יתאמו את המקום שאני רוצה שהדבר יתפוס בחיי.

4. הבנת המאמץ האישי שחיים עמוקים דורשים

עד עתה עסקנו בדרך שבה אני עושה זאת. אך כעת ננסה להתמקד בתוכן עצמו. כמובן שספר טלפונים הוא תוכן רדוד, לא משנה באיזה אופן אני קורא או חווה אותו... אם כן, על מנת להיות חיים שיש בהם עומק, חשוב להקדיש חשיבה לתוכן שבו אני ממלא את חיי.

- מחלקים לחניכים משימה. מחלקים אותם לשתי קבוצות, מפזרים על הרצפה רשימה של אירועים (נספח 5), ומבקשים מהם לסדר אותה לפי סדר כרונולוגי, האירוע הכי רחוק מבחינת תאריך ההתרחשות למעלה, והכי חדש - למטה. הקבוצה שמסיימת ראשונה זוכה. אחרי שהקבוצה זכתה, מבקשים מהם לערוך את התחרות פעם נוספת. סביר להניח שהעניין יירד, אך הם ימשיכו לעשות זאת. כך ממשיכים פעם שלישית ורביעית, עד שיימאס להם.
- כעת, שואלים: מה ההבדל בין הפעם הראשונה ששיחקנו לבין הפעם האחרונה? בפעם הראשונה זה היה חדש, לא ידענו מה התאריכים, היינו צריכים לגלות, והדבר דרש מאיתנו מאמץ. ככל שהפעמים התקדמו, הדבר דרש פחות ופחות מאמץ עד שלבסוף עשינו זאת באופן כמעט מכני. זהו עיקרון חשוב שצריך ללמוד מכאן - שינוי דורש מאמץ. אם אני עושה כל היום אותו דבר, אני לא מתאמץ, אבל לכן אני גם לא לומד שום דבר חדש. אם ברצוני ללמוד דברים חדשים, עלי להיות משהו שלא הייתי קודם, להבין משהו שלא הבנתי קודם, או לדעת משהו שלא ידעתי קודם. זה דורש ממני מאמץ. לעומת זאת, פעולה שלא דורשת ממני מאומה ואני יכול לעשות אותה באופן מכני, אמנם יותר קל לי לעשות אותה, אבל אני גם כמעט לא משתנה, מתקדם או לומד ממנה משהו. אם כן, נחזור עתה לתוכן של חיינו. מוציאים שוב את רשימת הפעולות שאנו מבצעים במהלך היום, מסדרים אותן לפי הסדר, ושואלים - מה מהן דורשת ממני מאמץ? האם כשאני לומד אני מתאמץ, או שאני שומע שיעור שבו מישהו אחר עושה לי את כל העבודה? גם אם אומר - לא חשוב לי שהלימוד שלי יהיה עמוק, לי חשוב מאוד מוזיקה והיא הדבר שתופס את חיי, איאלץ לשאול את השאלה האם כשאני מאזין למוסיקה אני באמת מתאמץ, מאזין בקשב, שם לב לכל פרט, או שמא לא.



וכניהם איש אל אחיו



נחשוב על מהלך חיינו בפעם האחרונה למערך זה, ונבחן האם יש בחיי מספיק מקומות שבהם אני מתאמץ ובעצם עושה משהו עמוק, לא משנה אם זה לומד, פוגש, או חווה, אם אני מתאמץ ומגיע לרבדים אחרים שאינם קיימים בי, רבדים עמוקים.

לסיכום: בדקנו כמה עומק מאפשר לנו כל אחד מאמצעי המדיה, בחנו את צורת ההתקשרות שלנו לאנשים שונים בחיינו ולמדנו כיצד להתאים את צורת התקשורת לעומק הקשר שאנו מעוניינים לחוות. חשוב מאוד שכל אחד מאיתנו בחיינו הפרטיים ישים לב לשאלה המרכזית ששאלנו - איפה בחיי יש מקומות של עומק, ויבחן זאת לאור שתי הנקודות שהצפנו ביחידה:

א. האם המדיה שבה אני עושה את הדבר מאפשרת לי עומק?

ב. האם תוכן הדבר עצמו הוא עמוק (כלומר, דורש ממני מאמץ)?

מסכמים שלא צריך שהכל יהיה עמוק, אבל חשוב שאת הדברים העמוקים נעשה נכון, ונקדיש להם את תשומת הלב שהם ראויים לה.





פייסבוק

facebook

SMS



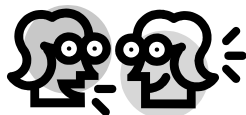
ציאט



סקייפ

skype™

שיחה פנים
אל פנים



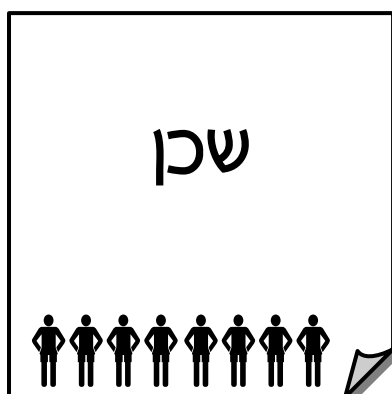
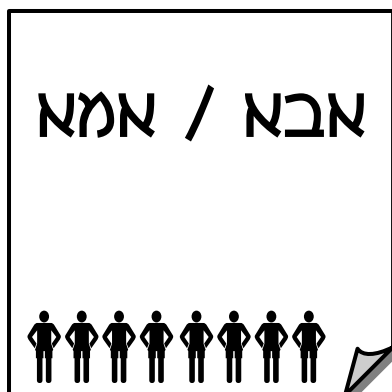
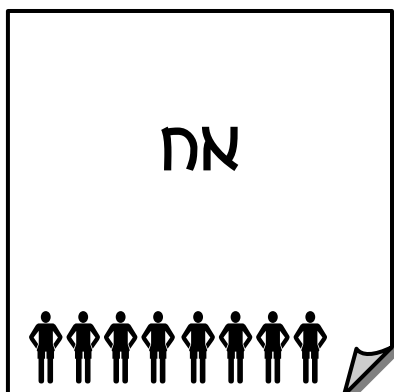
קריאה



חווייה כלל

חושית







ריצה הכי עמיק

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____



• המורה למתמטיקה	• מדריך לשעבר
• אבא / אמא	• חבר לספסל הלימודים
• אח	• לימוד
• החבר הכי טוב	• קריאה
• שכן	• שמיעת מוזיקה
• מדריך	• תחביב שיש לי





מלחמת האזרחים
בארצות הברית

תחילת העלייה
הראשונה

הצהרת
בלפור

טיסת המטוס
הראשון של
האחרים רייט

פצצת האטום
הראשונה

פטירת
הרב קוק

מלחמת יום כיפור

שחרור ירושלים,
יהודה שומרון
ועזה

תשובות למדריך:

1. מלחמת האזרחים בארצות הברית: 1861 - 1865
2. תחילת העלייה הראשונה: 1881 - 1904
3. טיסת המטוס הראשון של האחים רייט: 1903
4. הצהרת בלפור: 1917
5. פטירת הרב קוק: 1935
6. פצצת האטום הראשונה: 1945
7. שחרור העיר ירושלים העתיקה, יהודה שומרון ועזה: 1967
8. מלחמת יום כיפור: 1973



ופניהם

אמג אל חוזה װ מערן שני

- עץ היבולג שלי אהיוג אמגו בעולם ויטאלי-





1 < לשקר - אז למה לא?!

מטרת הפעולה <

החניך יכיר בבעייתיות ובהשלכות של השקר.

מבנה הפעולה <

1. החניך יבין שלא משתלם לשקר (התנפצות המסכה, "לשקר אין רגליים").
2. החניך יחוש את השעבוד לשקר (המאמץ המתיש הכרוך בתחזוקו).
3. החניך יבין כי לא ניתן ליצור קשר שלא מבוסס על אמת גלויה.

מהלך הפעולה <

1. החניך יבין שלא משתלם לשקר (התנפצות המסכה, "לשקר אין רגליים").

- מתחילים בהצגה. מבקשים מהחניכים להציג את הסיפור על דני (נספח 1) המתאר תחילתו של שקר (אם החניכים לא יכולים, אפשר להכין את ההצגה ולהעביר אותה על ידי המדריכים).

בסוף הסיפור הכתוב, נבקש מהחניכים להמשיך את ההצגה, לפי סבב, כאשר כל אחד ממשיך את ההצגה, מאיפה שהיא נעצרה לפניו. המשימה של החניכים היא לא להיתפס בשקר, כל אחד מוסיף משלו המשך לסיפור, את האמא ימשיך להציג חניך אחד (או המדריך) והילד המשקר יהיה כל חניך בסבב, המנסה לצאת מהפלונטר של השקר הקודם, עד שהחניך האחרון צריך לחשוב על רעיון איך נחלצים מפלונטר. האמא ממשיכה תוך כדי להקשות על תשובות הילד המשקר (בסבב) בהתאם למה שהחניכים אומרים.



2. החניך יחוש את השעבוד לשקר (המאמץ המתיש הכרוך בתחזוקו).

- מחלקים את החניכים לקבוצות דיון. כל קבוצה תקבל קטע ובו ריאיון עם מפורסם כלשהו, המתאר רדיפה אחרי תהילה שקרית. איך העבודה של 'לתחזק' שקר היא קשה ומעייפת עד כדי השגת מטרה הפוכה - עצב ודיכאון (נספח 2).
- לאחר מכן מכנסים את כולם לדיון: מה משותף לכל הסיפורים? מהן התחושות המשותפות? מה הוביל לתחושות אלו? כיצד זה ייתכן שאדם שיש לו הכל - אין לו בעצם כלום?



3. החניך יבין כי לא ניתן ליצור קשר שלא מבוסס על אמת גלויה.

- זו הזדמנות לפתיחת שיח: האם אנו מרגישים כך לפעמים? האם אני עושה משהו שלא מתאים לי, שבעצם שקר לעצמי, כדי להיות בחבריה? כדי לרצות אחרים? איזו תחושה זה נותן לי בסופו של דבר?
- לשם חידוד העניין, לומדים את המדרש (נספח 3) על ההבטחה של האיש והאישה להתחתן זה עם זו, והדרישה המוחלטת להיות אמיתי ולעמוד בדיבורך כמהותית ליצירת קשר. מנסים להבין עד איזו רמה נדרש ממני לא לשקר, ומדוע. כמו כן, כדאי לשאול זאת ביחס לקשרי חברות ורעות, והאם זה מהותי דווקא לסוג קשר מעין זה.





תסריט

ביום ראשון יש מבחן בחשבון. מבחן קשה. מבחן חשוב. מבחן שדני חייב להצליח בו! זה מה שיקבע באיזו הקבצה הוא יהיה. בעצם מה שיותר חשוב לדני, זה כמה ההורים שלו רוצים שיצליח במבחן וכמה הוא לא יכול לאכזב אותם...

דני: אני חייב לקבל ציון טוב! אבל מה אני אעשה? יש כל כך הרבה חומר, ולא באמת הייתי חרוץ במהלך השנה... בעצם גם לא ממש נכחתי בכיתה... אין לי סיכוי להצליח! אבא ואמא כל כך יכעסו עליי... הם רוצים שאהיה בהקבצה א', ועם כמה שאני הולך לקבל במבחן זה לא הולך לקרות!!! משהו אני חייב לעשות. מה אפשר... ממ... יש לי רעיון!

דני נשאר אחרי הלימודים בבית הספר, נכנס לחדר המורים, פתח את התא של המורה לחשבון... ושם - לנגד עיניו, נגלה טופס המבחן שעתידי להיות ביום ראשון!

דני: עכשיו כל מה שעליי לעשות הוא להעתיק את השאלות. למצוא את הפתרונות. ללמוד אותם בעל פה - ולהצליח!

ביום המבחן, דני שמח מאוד. הוא הרי יודע מהן התשובות... את המבחן הוא סיים ראשון ויצא עם חיוך מהכיתה! כעבור מספר שבועות...

דני קיבל את המבחן בחזרה, ובראשו כתוב: "אנא גש אלי" בסוף היום, בברכה, המורה לחשבון". דני נבהל וחשש שמא גילו את תרמיתו. בסוף היום ניגש חושש לחדר המנהל, שם המתינו לו המנהל והמורה לחשבון.

המורה לחשבון: דני, אני מניח שאתה כבר יודע במה מדובר... במהלך השנה לא למדת כלל ולכן לא ייתכן שבמבחן פתאום ידעת את כל החומר. והוכחה לכך היא שעובדת הנקיון ראתה כיצד העתקת את טופס הבחינה שהיה בתא שלי!

המנהל: זהו מעשה חמור מאוד! זוהי גניבה ממש! אנחנו מתכוונים ליצור קשר עם ההורים שלך ולדון איתם כיצד לטפל במעשה שלך.

דני הלך הביתה נסער. מה יעשה כעת? הרי כל התחבולה הייתה כדי שהוריו לא יכעסו עליו וכעת יש להם סיבה גדולה יותר לכעוס! אסור להם לגלות... באיזושהי דרך, הוא חייב להיחלץ מהמצב...

דני הגיע לביתו, אמא עמדה ובישלה ארוחת צהריים.

אמא: דני! מה שלומך? איך היה המבחן?

דני:.....





אני מתחרט הרבה פעמים. במיוחד בפעמים שלא הייתי אמיתי עם עצמי. כל הזמן הייתי עסוק במה יאמרו, מה יחשבו, רציתי להיות חלק מהברנז'ה... רציתי להיות מספר אחת, בשביל זה הייתי מוכן לעשות ולומר הכול. גם כשזה לא התאים לאופי שלי. הלבוש, הדיבור, הדמות שבניתי לעצמי כדי להפוך להיות מספר אחת, דרשה ממני מחיר שלא הייתי מסוגל לשלם. כל פעם צריך להתאים את עצמך למה שנחשב טוב ויפה. התחלתי לאהוב את עצמי פחות ופחות. עד שהחלסתי לוותר על העניין הזה של לרצות את כולם.



זה התחיל כשפתאום היה לו זמן פנוי. הוא זכה סוף סוף לחופשה שציפה לה. "ארבעה ימים מאוד נהייתי", הוא מספר. "שכבתי במיטה, ראיתי טלוויזיה, אכלתי, לא עשיתי כלום". וביום החמישי? "פתאום הרגשתי נורא לבד. הרגשתי פשוט בדידות אדירה, ממש נלחצתי ונכנסתי לדיכאון מזה. אמרתי לעצמי, רגע, אז כשהייתה לך תכנית בטלוויזיה לא הרגש לבד?" ומה ענית לעצמך? "שכן. שזה מה שגורם לי להרגיש לא לבד. זה דפוק, זה לא טוב. היו לי ימים של זעזוע פנימי. הבנתי שהקריירה, השפע, הפלאפון הקסן, הטלוויזיה הענקית, האינטרנט - כאילו ממלאים את החיים שלי. אלא שזה לא באמת ממלא אותם, זה רק מכסה עליהם, זה מחפה על הריקנות בפנים. כל הזמן חשבתי שאני לגמרי מחובר לעצמי, שאני מחובר למה שקורה, שאני זה באמת אני... אבל זה לא היה נכון. ממש לא נכון. פתאום הבנתי שהרדיפה אחרי ההצלחה רק מחפה על החלל שנוצר בתוכי".



פעם מישהו שאל אותי באיזה אירוע: "מה שלומך?" ענית לו שהתקליט בסדר. הוא אמר לי: "לא שאלתי מה שלום התקליט, מה שלומך אתה?" ענית "השבח לאל". "עזוב השבח לאל, מה שלומך?" הוא התעקש. הבסתי אליו ואמרתי: "מה יהיה איתי? אני מרגיש כמו משאית ריקה שנוסעת במהירות והולכת להתהפך בסיבוב כי אין עליה מסען שיחזיק אותה". במצבים כאלה האוטומט שלי זה מיד לעשות שריר ולכתוב עוד שיר. ככה, אני ממשיך וכותב כאילו הדברים באים ממני, אבל בעצם המירוץ הזה בכתובה של עוד ועוד שירים, בסגנון כזה ובסגנון אחר... להיות בפסגת המצעדים, רק מרחיקים אותי מעצמי...



אמר רבי חנינא: "בוא וראה, כמה גדולים בעלי אמנה! מנא לך? מחולדה ובור, ומה המאמן בחולדה ובור, כך המאמן בהקדוש ברוך הוא על אחת כמה וכמה." (הייחוס כאן הוא לרבי חנינא שחי במאה השנייה לספירה כמאה שנה לפני זמנו של רבי אמי).

מעשה בנערה אחת שהייתה הולכת לבית אביה. והייתה מקושטת בכסף וזהב. וטעתה בדרך והלכה בלא יישוב. כיוון שהגיע חצי היום, צמאה ולא הייתה לה לוויה. ראתה באר וחבל של דלי תלוי עליה. אחזה בחבל של הדלי ונשתלשלה וירדה ושתתה. ביקשה לעלות ולא יכולה; הייתה בוכה וצועקת. עבר עליה אדם אחד ושמע קולה. עמד על הבאר והציץ בה ולא היה יכול להבחין.

אמר לה: "מי את? מבני אדם או מן המזיקים?"

אמרה לו: "מבני אדם אני".

אמר לה: "שמא את מן הרוחות ואת מתנכרת עלי?"

אמרה לו: "לא".

אמר לה: "הישבעי לי שמבני אדם את".

נשבעה לו.

אמר לה: "מה טיבך?"

סיפרה לו כל המעשה.

אמר לה: "אני מעלך, ותדווגי לי?"

אמרה לו: "הן, העלה".

כיוון שהעלה, ביקש להזדווג עמה. מיד אמרה לו: "מאי זה עם אתה?"

אמר לה: "מישראל אני וממקום פלוני אני וכהן אני".

אמרה לו: "אף אני ממשפחת פלוני, בני אדם ידועים ונקובי שם".

אמרה לו: "עם קדוש כמותך שבחר בך הקדוש ברוך הוא וקידשך מכל ישראל – אתה מבקש לעשות כבהמה בלא כתובה ולא קידושין? בוא אחרי אצל אבי ואמי, ואני מתארסת לך".

נתנו ברית זה לזה. אמרה: "מי יהיה לעד ביני ובינך?" והייתה חולדה עוברת לכנגדם. אמר לה: "השמים!

חולדה ובאר זו יהיו עדים, שאין אנו מכזבים זה בזה!"

הלכו כל אחד לדרכו.

ואותה הנערה הייתה עומדת באמונתה. וכל מי שהיה תובעה הייתה ממאנת בו. כיוון שהחזיקו בה, התחילה לנהוג עצמה נכפה ומקרעת בגדיה ובגדי כל מי שהוא נוגעה. עד שנמנעו בני אדם ממנה. והיא הייתה משמרת בריתה לאותו האיש.

והוא, מכיוון שעבר מכנגד פניה, תקפו יצרו ושכחה. והלך לעירו ונפנה למלאכתו. ונשא אישה ונתעברה וילדה בן זכר; וכשהגיע לשלושה חודשים חניקתו חולדה. ועוד נתעברה וילדה בן זכר, ונפל לבור.

אמרה לו אשתו: "אם כדרך כל האדם היו בניך מתים, הייתי אומרת צידוק הדין. עכשיו שמתו מיתה משונה, אין זה בלי דבר. ספר לי מעשיך!"

גילה לה כל המעשה.

אמרה: "הלוך אצל חלקך שנתן לך הקדוש ברוך הוא".

הלך ושאל בעירה. אמרו לו: "היא נכפה, וכל מי שתובעה, כך וכך היא עושה לו".

הלך אצל אביה. פירש לו המעשה. אמר לו: "מקבל אני כל מום שבה".

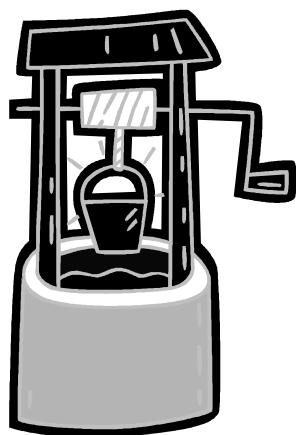
העיד עליו עדים. בא אצלה, התחילה לעשות כמנהגה.

סיפר לה: "חולדה ובור".

אמרה לו: "אף אני בבריתי עמדת".

מיד נתיישבה דעתה, ופרו ורבו בבנים ובנכסים. ועליהם אמור: "עיני בנאמני ארץ לשבת עמדי".

(ספר הערוך)





2 < מנגנונים של שקר

מטרת הפעולה <

החניך ילמד על מנגנונים פסיכולוגיים המסיטים את האדם מן האמת שלו.

מבנה הפעולה <

1. החניכים ילמדו ויחוו מהי 'עדריות' (קונפורמיות).
2. החניכים ילמדו ויחוו מהו 'שכנוע עצמי' (דיסוננס קוגניטיבי).

מהלך הפעולה <

1. החניכים ילמדו ויחוו מהי 'עדריות' (קונפורמיות).

- נפתח בהקראת הקטע על סם וחבריו או, לחילופין, בהמחזתו:

סטודנט בשם סם וארבעה ממכריו צופים במועמד לנשיאות נאום בטלוויזיה. סם מתרשם לטובה מן המועמד הראשון. הוא מחבבו יותר מן המועמד השני וזאת בגלל כנותו של הנאום. אחרי הנאום אומר אחד הסטודנטים כי המועמד הראשון דוחה אותו, שהוא עשה עליו רושם של אדם מזויף וכי הוא מעדיף את המועמד השני. כל האחרים ממחרים להסכים לדעתו. סם נראה נבוך ונתון במצוקה.



- רגע לפני הסוף, עוצרים את ההצגה ושואלים את החניכים כיצד הם היו נוהגים

במקום סם במצב כזה. ניתן לעשות זאת בשתי הדרכים הבאות:

1. להפנות את השאלה לחניכים מתוך דיון פתוח.

2. לתאר שני מצבים:

◀ סם בוחר לפי מה שהוא באמת חשב לכתחילה.

◀ סם אכן משנה דעותיו לפי ההשפעה החברתית, גם כאשר הוא לא אמיתי עם עצמו.

- אחרי שמתארים את שני המצבים, עורכים הצבעה באמצעות פתקים בשני צבעים.
 - לאחר דיון בדעות שהחניכים העלו - מגלים את סוף הסיפור, מה באמת סם עשה:
- << לבסוף, סם ממלמל: "כנראה שאין הוא עושה רושם של אדם כנה כמו שניתן היה לצפות ממנו".

- מסבירים לחניכים מהי 'עדריות' (קונפורמיות), שואלים ודנים עם החניכים על יתרונותיה

וחסרונותיה של העדריות (ללכת אחרי העדר - הקונפורמיות):

מקריאים לחניכים את ההגדרה לקונפורמיות (מומלץ לשים על הרצפה דף עם ההגדרה

הכתובה. נספח 1):

"קונפורמיות היא שינוי בהתנהגותו או בדעותיו של אדם כתוצאה מלחץ אמיתי או מדומה

של אדם אחר או קבוצת אנשים".



ופניהם איש אל אחיו



- שואלים את החניכים אם הם מבינים את ההגדרה, והאם הם מסכימים לה. לאחר מכן, פותחים

בדיון ומעלים את השאלות הבאות:

- ◀ מה גורם לאנשים להיכנע ללחץ החברתי של הקבוצה?
- ◀ האם האדם באמת משנה את דעתו, או שהוא רק משנה את התנהגותו כלפי חוץ?
- ◀ האם השינוי הזה חולף או תמידי?

- כעת, מנסים לבחון את היתרונות והחסרונות של הקונפורמיות:

יתרונות:

- ◀ קונפורמיות יוצרת נורמות וסדר להתנהגות חברתית, לדוגמה: אכילה בסכין ומזלג.
- ◀ קונפורמיות עוזרת להגיע להתנהגות רצויה גם אם עדיין לא הבנתי את הסיבות לכך, לדוגמה: ילד קטן שהולך עם כיפה.
- ◀ קונפורמיות גורמת להרגשת שייכות (אפילו שאינה אמיתית).

חסרונות:

- ◀ קונפורמיות מרחיקה את האדם מן האמת שבה הוא מאמין.
- ◀ קונפורמיות מרחיקה את האדם מלחשוב.
- ◀ קונפורמיות גורמת לאדם לשנות את דעותיו רק כדי להיות אהוב.
- ◀ קונפורמיות יכולה להוביל לנורמות ולהתנהגויות שליליות.

2. החניכים ילמדו ויחוו מהו 'שכנוע עצמי' (דיסוננס קוגניטיבי).

- מציבים שתי קערות בפני הקבוצה. האחת עם צימוקים והשנייה עם מסטיקים.
- לאחר מכן, מבקשים מכל חניך לבחור רק באחת מהאפשרויות ולקחת מהקערה העדיפה עליו.
- לאחר שכולם בחרו ואכלו, מסבירים את נזקיו של המסטיק לעומת מעלותיו של הצימוק. כעת, שואלים את החניכים האם לנוכח המידע החדש הם היו משנים את בחירתם, ואם לא, מדוע? סביר להניח, ולכך יש לשים לב ואת זה להדגיש, שמי שבחר במסטיק לא ירצה להודות בטעותו ויסביר מדוע היה בוחר שוב במסטיק (לדוגמה: זה טעים, מה אכפת לי מהשיניים, אחד זה לא נורא, צימוקים עושים כאב בטן, וכו'). חשוב להבין, החניכים ששכנעו את עצמם - עברו בעצם תהליך של דיסוננס קוגניטיבי.

- כעת, לפני שמסבירים זאת, מקריאים סיפור המסביר מהו דיסוננס קוגניטיבי (נספח 2) (במידת הצורך מסבירים בעל פה באמצעות דוגמה נוספת המופיעה בהעשרה למדריך בנספח).
- מאוד חשוב להבין מהו דיסוננס קוגניטיבי, כדי להמשיך ולדון האם ואיך זה מתרחש אצלנו ביום יום, לכן חשוב לדבר עם הקבוצה על העניין, ולראות שהם באמת הבינו את העניין.

- לאחר מכן, שואלים את החניכים האם הם מכירים מציאות כזו בחייהם? מצב בו ישנם שני דברים שסותרים זה את זה, אז כדי להרגיש טוב ונוח עם עצמי אני משנה אחד מהם? מבקשים מהחניכים לחשוב על דוגמה. אם הם ייתקעו, אפשר לעזור להם עם הדוגמה הבאה, שמוכרת להם יותר:



וכניהם איש אל אחיו



יש לי מבחן מחר, מצד שני כל החברות הולכות לפיצה הערב כי יש יומולדת לאחת מהן. מה אעשה? איך אבחר באחת מהאפשרויות מבלי להרגיש חוסר נוחות?

א. אומר לעצמי שלא אכפת לי מהמבחן - ואצא עם החברות...

ב. אומר לעצמי שהמבחן ממש חשוב ושכלל לא בא לי פיצה - ואשאר בבית.

- לסיכום, לומדים את רש"י על הגמרא בבבא מציעא (נספח 3):

"שהרי דבר המסור ללב - ולפיכך נאמר בו ויראת מאלהיך. שהרי כל

הדברים הללו אין טובתן ורעתן מסורה להכיר אלא ללבו של עושה, הוא

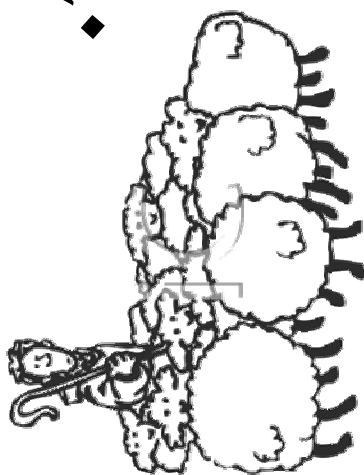
יודע אם לעקל אם לעקלקלות ויכול הוא לומר לא עשיתי כי אם לטובה".

תהליכים אלו שנלמדו בפעולה (השפעה חברתית, שכנוע עצמי), מתרחשים בתוך לבו של האדם. לא תמיד ניתן להבחין בהם מבחוץ ולכן חובתו של כל אחד לברר עם עצמו עד כמה הוא אמיתי וכנה ועד כמה הוא מושפע מהם. תהליכים אלו משפיעים מאוד על דעתו של האדם עד כדי מצב שבו הוא משקר לעצמו. מודעות לתהליכים אלו היא זו שעוזרת למנוע אותם ולהיות אמיתיים עם עצמנו ועם הסביבה. זוהי משימה לא פשוטה, אך אנו מאמינים שאם יש רצון וכנות, ניתן להתמודד איתה. חשוב להדגיש לחניכים כי הפעולה עוסקת בדברים המסורים ללבו של כל אחד ואחד. ייתכן שחניף יאמר: "לי זה לא קורה אף פעם", אך כדאי להיות אמיתיים עם עצמנו, וכל אחד יכול לבחון רק את עצמו.





קבוצת אנשים".
אמיתי או מדומה של אדם אחר או
או בדעותיו של אדם כתוצאה מלחץ
"קונפורמיות היא שינוי בהתנהגותו





דיסוננס קוגניטיבי – שכנוע עצמי

תארו לעצמכם את התמונה הבאה. מהפנטים אדם צעיר. המהפנט אומר לו שכאשר השעון יצלצל ארבע, הוא יעשה את הדברים הבאים: (1) ייגש לארון, ייקח את מעיל הגשם שלו ואת המגפיים, ילבש וינעל אותם. (2) יתפוס מטרייה. (3) ילך לסופרמרקט, הנמצא במרחק של כעשר דקות הליכה, ויקנה 60 חבילות סיגריות. (4) יחזור הביתה. המהפנט אומר לו שמיד בהיכנסו לביתו הוא ישתחרר מן ההיפנוזה וישוב להיות הוא עצמו. כשהשעון מצלצל ארבע, קם הבחור וניגש מייד לארון, לובש מעיל גשם, נועל מגפיים, חוטף מטרייה ונחפז החוצה לקנות סיגריות. יש כמה דברים משונים בשליחותו זו:

(1) מזג האוויר בחוץ נאה מאוד, השמש זורחת ואין שום ענן בשמים. (2) בקירבת ביתו יש חנות סיגריות באותו מחיר כמו בסופרמרקט, הנמצא מרחק עשר דקות הליכה. (3) הבחור אינו מעשן.

הוא חוזר הביתה, פותח את הדלת, נכנס לדירתו, יוצא ממצב ההיפנוזה ומגלה את עצמו עומד שם עם מעיל גשם ומגפיים, מטרייה בידו האחת וחבילה גדולה של סיגריות בידו השנייה. הוא נראה נבוך לרגע. חברו המהפנט אומר:

"היי, איפה היית?"

"הו, הלכתי לחנות."

"מה קנית?"

"אה... אה... מסתבר שקניתי את הסיגריות האלה."

"אבל הרי אתה לא מעשן."

"לא, אבל... אה... אה... הזמנתי המון אורחים לשבוע הבא, והחברים שלי מעשנים."

"איך זה שאתה לובש את כל בגדי הגשם האלה, כשבחוץ זורחת השמש?"

"אה... למען האמת, מזג האוויר משתנה בתקופה זו של השנה, ולא רציתי להסתכן."

"אבל אין ענן בשמים."

"תראה, לעולם אי אפשר לדעת."

"אגב, איפה קנית את הסיגריות האלה?"

"הו, הה, הה, ובכן, אה... קניתי אותן בסופרמרקט."

"איך זה שהלכת כל כך רחוק?"

"ובכן... אה... אה... היה יום כל כך יפה, חשבתי שיהיה נחמד לטייל קצת."



רוב האנשים מונעים להצדיק את פעולותיהם, אמונותיהם ורגשותיהם. כשאדם עושה משהו הוא ינסה לשכנע את עצמו ואת זולתו שהיה זה דבר הגיוני וסביר. לאותו אדם מהופנט הייתה סיבה טובה שבגללה עשה את כל הפעולות הטיפשיות שעשה – הוא היה מהופנט! אולם הוא לא ידע שהוא מהופנט, ומכיוון שכנראה היה קשה לו להשלים עם העובדה שנהג בצורה כל כך טיפשית, הוא עשה מאמצים רבים כדי לשכנע את עצמו ואת חברו כי יש טעם בפעולותיו ובעצם הן הגיוניות ביותר.

הדיסוננס הקוגניטיבי הוא מצב של מתח הקורה בכל פעם שאדם מחזיק בו זמנית בשתי תפיסות שמנוגדות זו לזו. מכיוון שהתרחשות הדיסוננס הקוגניטיבי אינה נעימה, יש לאנשים רצון להפחית אותה. כיצד אנו מפחיתים את הניגוד בין שתי התפיסות? על ידי שינוי תפיסה אחת או שתיהן והפיכתן לסותרות פחות ולתואמות יותר זו לזו.



דוגמה נוספת המסבירה מהו דיסוננס קוגניטיבי (ניתן להשתמש בה כדי להסביר לחניכים):
בניח שאדם מעשן סיגריות והוא נתקל בירחון רפואי במאמר המקשר את העישון לסרטן הריאות ולמחלות באברי הנשימה. האדם חש ניגוד. תפיסתו "אני מעשן סיגריות" אינה מתיישבת עם התפיסה "עישון סיגריות גורם לסרטן". ברור שהדרך היעילה ביותר להפחית את הניגוד במצב כזה היא לוותר על העישון. התפיסה "עישון סיגריות גורם לסרטן" מתיישבת עם התפיסה "אינני מעשן". אך למרבית האנשים קשה להיגמל מעישון.
בניח שאדם ניסה להיגמל מעישון ונכשל, מה הוא עושה כדי להפחית הדיסוננס (ניגוד)? הצפוי ביותר הוא שינסה לעבוד על התפיסה השנייה "עישון סיגריות גורם לסרטן". הוא עלול לנסות להקל ראש בהוכחה המקשרת את העישון לסרטן, למשל, הוא עלול לנסות לשכנע את עצמו שהעדות הניסויית אינה החלטית. נוסף על כך הוא עשוי לחפש אנשים אינטליגנטים שמעשנים ובעשותו כך ישכנע את עצמו כי אם סם, ג'ון והארי מעשנים, אין הדבר יכול להיות מסוכן עד כדי כך. הוא עשוי לעבור לעישון סיגריות פילטר ולשכנע את עצמו שהפילטר קולט את החומרים המזיקים הגורמים לסרטן. לבסוף, הוא עשוי להוסיף תפיסות המתיישבות עם העישון, בניסיון להפוך את התנהגותו לפחות אבסורדית למרות הסכנה הכרוכה בה. כך הוא עשוי להוסיף על הערך שהוא מייחס לעישון, כלומר, הוא עשוי להאמין שהעישון חשוב, ושהוא פעולה מהנה מאוד וחיונית לשפיות דעתו: "אני עלול לחיות חיים קצרים יותר אבל הם יהיו הרבה יותר נעימים". בדומה לכך הוא עשוי להפוך את העישון למעלה, על ידי פיתוח תדמית של אדם שלא אכפת לו מעצמו: המעשן הבז לסכנה. כל התנהגות כזו מפחיתה את הניגוד בין התפיסות על ידי הפחתת האבסורדיות המצויה בהתנהגותו של אדם העושה את כל המאמצים בשביל לקבל סרטן. האדם מצדיק את התנהגותו על ידי המעטה של הסכנה או על ידי הגזמה בחשיבות הפעולה.

נספח 3 רש"י

"שהרי דבר המסור ללב - ולפיכך נאמר בו ויראת מאלהיך. שהרי כל הדברים הללו אין טובתן ורעתן מסורה להכיר אלא ללבו של עושה, הוא יודע אם לעקל אם לעקלקלות ויכול הוא לומר לא עשיתי כי אם לטובה."



3 < השקר הווירטואלי

מטרת הפעולה <



החניך ילמד מה הם המניעים לשקר וכמה הווירטואליות מזמנות לשקר.

מבנה הפעולה <



1. החניכים יבחינו במרכיבים השונים של השקר: ייפוי המציאות, להציג את עצמי יותר ממי שאני.
2. החניכים יתמקדו במניע העיקרי לשקר: הרצון להיות מוערך ואהוב על החברה.
3. החניכים יבחינו בנטייה לשקר בתקשורת וירטואלית (אני לא חייב לתת דין וחשבון על מה שאני אומר, אין מחויבות לאף אחד).

מהלך הפעולה <



1. החניכים יבחינו במרכיבים השונים של השקר: ייפוי המציאות, להציג את עצמי יותר ממי שאני.

- מבקשים מהקבוצה לבנות לעצמה דף בפייסבוק. אם הפעולה בשבת, משתמשים מראש ברצועות דפים עם תיאורים של הקבוצה (נספח 1): מגובשים, פעילים תמיד, אידיאליסטיים, עוזרים לחלש, שמחים, אנרגטיים, מצחיקים, יוזמים, אהובים, דומיננטיים בסניף וכו' - תיאורים מאוד מאוד טובים וכן תיאורים פחות טובים, אותם אנחנו משערים שהם יעדיפו להשמיט: מרכלים, תחרותיים, פסיביים, לא מגובשים, אגואיסטיים, יבשים, חנונים וכו'. כמו כן, מוסיפים תמונות או ציורים של ילדים יפים, מחובקים, תמונות מטילים וכדומה, ובין היתר יהיו גם תמונות פחות מחמיאות (נספח 2, מומלץ להוסיף תמונות אמיתיות של הקבוצה). הרעיון הוא להבחין איך אנחנו מציגים את עצמנו על הדרך הטובה תמיד, גם כשהמציאות לא בהכרח כזו. מסבירים את זה לחניכים, כעיקרון שחוזר על עצמו אצלנו, ומנסים לראות היכן זה מופיע גם במקרים אחרים בחיינו.

2. החניכים יתמקדו במניע העיקרי לשקר: הרצון להיות מוערך ואהוב על החברה.

- דנים, האם המציאות באמת כזו כמו שהצגנו את עצמנו? מדוע שינינו את המציאות? מדוע היה לנו כל כך קל לעשות זאת? איפה יותר קל לשקר - בחיים או במחשב? למה?
- שואלים את החניכים: מה אדם צריך כדי להיות מאושר?



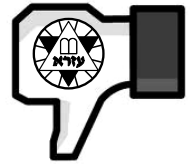
- מניחים על הרצפה כותרות (נספח 3) שעל החניכים יהיה לדרג ביניהן על מנת ליצור את אותו אדם מאושר לדעתם (אוכל, אהבה, שייכות חברתית, ביטחון, כבוד והערכה, שינה, מחשב, בית, עבודה, מימוש עצמי).
- ניתן (אך לא בהכרח) להסביר לחניכים את תיאוריית פירמידת הצרכים של מאסלו (למדריכים, הסבר מורחב בנספח 4):
דרגת האהבה סביר להניח שתבוא לידי ביטוי. דנים לגביה - מה אנחנו מוכנים לעשות בשביל זה? מתי אני יודע שאוהבים אותי?

3. החניכים יבחינו בנטייה לשקר בתקשורת וירטואלית (אני לא חייב לתת דין וחשבון על מה שאני אומר, אין מחויבות לאף אחד).

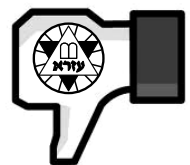
- מביאים כתבה על דודו טופז (נספח 5), המתארת יצירת מציאות וירטואלית המביאה אולי לאהדת הקהל אך לא מביאה את האדם לאהבה אמיתית.
דנים בשאלה של השקר במציאות הממשית לעומת השקר במציאות הווירטואלית, איפה הוא מופיע יותר, ומדוע. לסיכום חשוב להזכיר שכל אדם זקוק לאהבה, הערכה ושייכות. לעיתים אנו מוכנים לשנות את פני המציאות על מנת להשיג את אותה אהבה נכספת. אך בסופו של דבר האם אותה אהבה שהשגתי בכלים לא כשרים, בקלות שבשקר, היא אכן אהבה? מתי זו כן אהבה וחברות אמיתית?



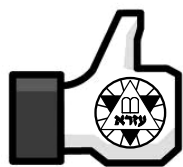
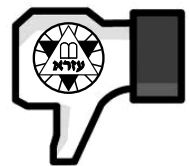
מרכלים



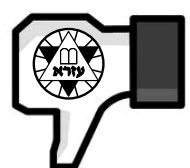
תחרותיים



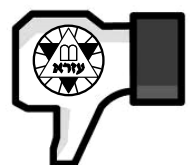
פסיביים



לא מגובשים

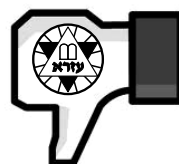


אגואיסטיים

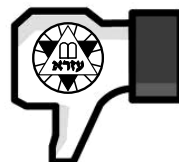




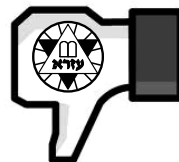
יבשים



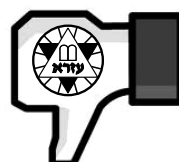
חנונים



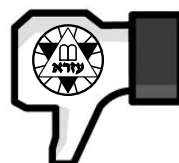
מגובשים



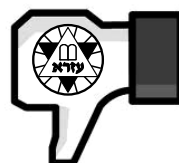
פעילים תמיד



אידיאליסטיים

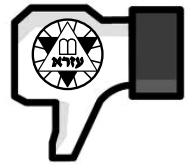


עוזרים לחלש

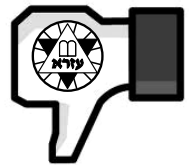




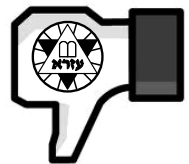
שמחים



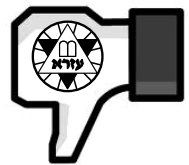
אנרגטיים



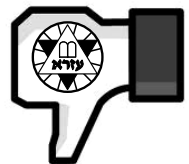
מצחיקים



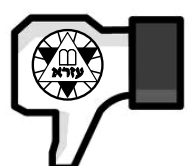
יוזמים

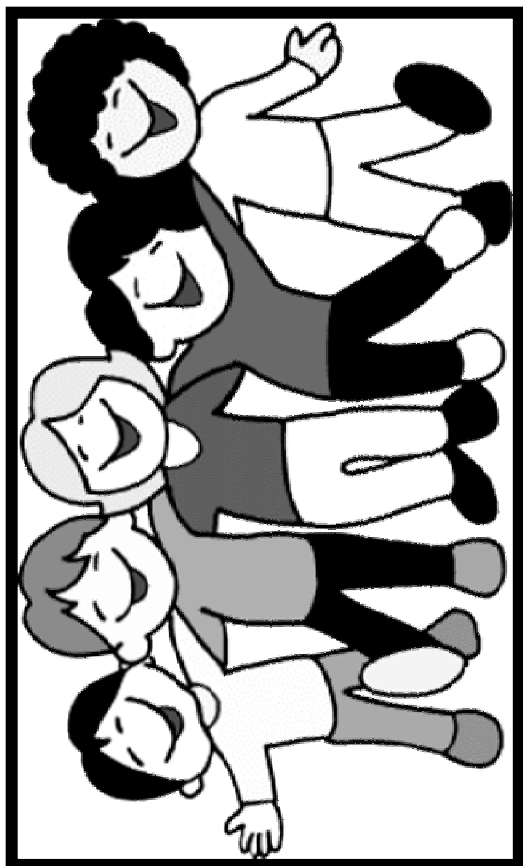


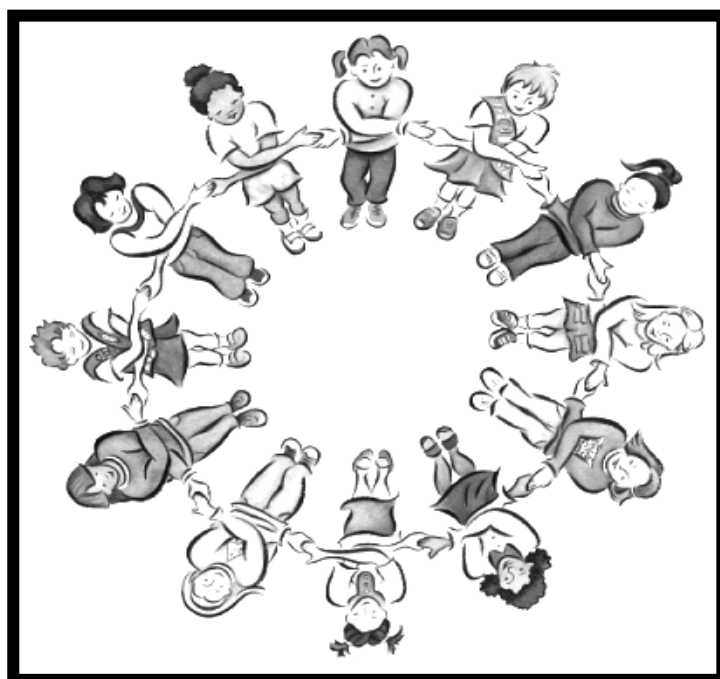
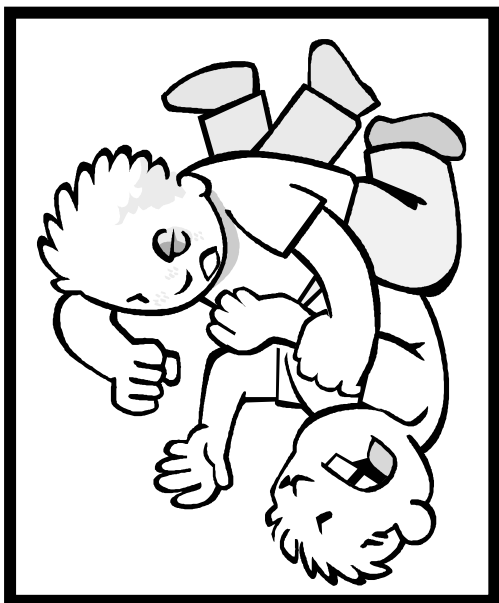
אהובים



דומיננטיים
בסניף











אוכל



אהבה



ביטחון



**שאיכות
חברתית**



שינה



**כבוד
והערכה**



בית



מחשב





נספח 4

סולם הצרכים של מאסלאו

התאוריה מניחה כי קיימים צרכים המשותפים לכל בני האדם והם אשר מניעים אותם. על פי תאוריה זו קיים מדרג של הצרכים, אשר מאורגנים על פי סדר חשיבות. התאוריה מניחה כי כאשר רמה מסוימת של צורך מסופקת, האדם פונה להגשמת הרמה הגבוהה הבאה במעלה.

הרעיון הבסיסי של התאוריה כפי שניסח אותה מאסלו קובע כי לא ניתן לעבור לרמה עליונה יותר של צורך, בלי סיפוק צרכים ברמה תחתונה יותר. למשל:

- ◀ אדם רעב לא יוכל להתרכז בעבודה, גם אם היא נחוצה לקיומו, וכן לא יטרח בחיפוש בת זוג.
- ◀ אדם שאין לו ביטחון בקיומו היום יומי, לא יחשוב על הקמת מפעלים לעזרה לזולת.
- ◀ אדם שלא מרגיש נאהב, לא יחשוב על הקמת "תנועת מחאה עממית" ובוודאי לא על "מהפכה צבאית".



רמה ראשונה - צרכים פיזיולוגיים

הצרכים הביולוגיים של האדם, המאפשרים את קיומו:

- ◀ הצורך לנשום
- ◀ הצורך לשתות ולאכול
- ◀ הצורך לסלק פסולת והפרשות
- ◀ הצורך לישון
- ◀ הצורך לוויסות טמפרטורת הגוף

רק לאחר מילוי הצרכים הביולוגיים מסוגל האדם למלא צרכים נוספים.

רמה שנייה - צורך בביטחון

הצורך להיות משוחרר מכאב או מפחד; הצורך בשגרת חיים המעניקה ביטחון ומונעת הפתעות תכופות ומביכות.

רמה שלישית - צורך בהשתייכות

צרכים חברתיים. צורך להיות מקובל, להיות חלק מקבוצה, לאהוב ולהיות נאהב. השאיפה ליחסי ידידות, אהבה, משפחה, מעמד בחברה. לאחר סיפוקם של צרכי האהבה והשייכות מתעוררים צרכי ההערכה העצמית, הצורך ביחס של הערכה וכבוד מצד הזולת ובהערכה עצמית גבוהה ויציבה.



רמה רביעית - צורך בהערכה חברתית

צורך להרגיש מכובד על ידי אחרים, צורך לכבוד עצמי ולכבוד אחרים. אלה יכולים למצוא ביטוי דרך מעמד, הכרה חברתית, הערכה מצד הסביבה והכרה בעבודה.

רמה חמישית - צורך במימוש עצמי

הצורך של האדם להשתמש בכישורים הייחודיים לו כדי להגיע למימוש היכולת האישית הטמונה בו. זוהי הרמה הגבוהה ביותר ועל פי מאסלו רבים אינם זוכים להגיע אליה.

נספח 5

מותו הטראגי של "מלך הטלוויזיה" מעורר אותנו לחשוב על אותו רייטינג אשר על מזבח עולים ונופלים בני אדם.

מאת יואל קמינסקי

זה היה הישג שאיש לא הצליח לשחזר מאז. 50% מהצופים בחרו לחכות יחד עם דודו טופז לחיזורים שהבטיח להוריד באותו ערב. כולם עקבו אחר הספירה לאחור - מי בגיחוך ומי במתח, מי ממבטחי מושבו על הספה בסלון, ומי מעם החלון הפתוח הצופה אל שמי הלילה המכוכבים. יבואו או לא יבואו? בסוף הגיעה חיזרית קופצנית אחת, ששאלה בקולה הצפצפני-לגלגני של ציפי, תגידו, באמת האמנתם שיגיעו חיזורים?

עם ישראל לא ממש האמין, אבל בכל זאת לא הוריד את העיניים מהמרקע. אותם רגעי שיא של הספירה לאחור, פתחו למעשה את הספירה האישית לאחור של דודו טופז. מהפסגה, כפי הנראה, אפשר רק לרדת. והוא ירד.

איננו יודעים היכן בדיוק מונחת האמת, ואיננו מוסמכים כמובן לדון בכך. אולם מותו הטראגי של "אלוף הרייטינג" מעורר אותנו לחשוב קצת על אותו רייטינג אשר על מזבח עולים ונופלים בני אדם. החברה המערבית הרגילה אותנו לחשוב במושגים של פרסום ותהילה. למרות שהמציאות טופחת על פנינו שוב ושוב ומגלה את הסלבריטאות האומללה במערומיה, קשה לנו מאוד לשנות את הפונקציה עליה גדלנו: פרסום+עושר=הצלחה. ומה שיותר טוב.

כך התפתחה תרבות אגרסיבית ומציצנית שטופחה על ידי אשליית הרייטינג הגדולה. למרבה האירוניה, **הקורבנות הגדולים** של השיטה אינם הצופים (אם כי היא מכה גם בנו ללא רחם), אלא דווקא הבודדים ואנשי התקשורת עצמם. **אנשים שכל הווייתם מוגדרת על פי רצון הקהל. אנשים שמרגישים אהובים רק כשהמונים מריעים להם, ובודדים ברגע שהאורות כבים, גם אם עושרם הכלכלי נותר עמם.** אנשים שמעסיקיהם טופחים להם על שכמם כל עוד הם מספקים את הסחורה, אולם לא מתביישים להשתמש בהם כמקור לרייטינג כשכוכבם צונח פתאום.

זה שמריעים לך, זה שיש לך רייטינג נפלא - ממש לא אומר שמישהו אוהב אותך

כך הפך טופז ל"כוכב" החדשות. כן, גם בנפילתו הכואבת הוא המשיך לספק את הסחורה הקדושה - אחוזי צפייה גבוהים. ואנחנו בחרנו לצפות. אנחנו בחרנו להתבונן בתצלומי התקריב. אנחנו בחרנו לקרוא את המאמרים הרבים שדשו בהצלחותיו ובנפילותיו, ותוך כדי כך, ממש בלי שהתכוונו, קבענו שוב ושוב עינינו את שיעורי הצפייה ואת רמת הרווחים של אילי התקשורת. אולם הפעם טופז לא קיבל שום אחוז מהרווחים - רק קיתונות של בוז ולעג. והוא לא היה הראשון, וכפי הנראה גם לא האחרון.



יחד עם הנפילה מתגלה לכל כוכב נופל אמת עגומה נוספת. זה שמריעים לך, זה שיש לך רייטינג נפלא - ממש לא אומר שמישהו אוהב אותך בכלל. אהבה אמיתי מוכיחה את עצמה דווקא ברגעים הקשים. הורים לא יעזבו את בנם שכשל, אלא יעשו הכל כדי לעודדו ולהפיח בו תקווה לעתיד טוב יותר ונכון יותר. ומתוך מיליוני הצופים שהעניקו לדודו משכורת שמנה ודירוג גבוה, כמה מעטים היו אוהביו האמיתיים, אשר שמרו לו אמונים ברגעי הייאוש הבדידות והקושי הגדולים ביותר. אשליית הרייטינג אינה שונה מבועות אשליה אחרות. עושר, כישרון, יופי, בית ענק, מכונית ספורט נוצצת, ילדים שפוסעים בתלם, משרה מכובדת, מעמד חברתי... כל אלה דברים שיכולים להיעלם ולהשתנות בן רגע, ולהותיר אותנו מבולבלים במקרה הטוב, ומיואשים וחסרי תקווה בגרוע. זה הזמן לעצור ולחשוב כיצד אנו מודדים את ערכנו העצמי ומהם מדדי ההצלחה שלנו. האם מדובר במדדים אמיתיים פנימיים, מהותיים וקבועים או במדדי אשליה שבירים התלויים בגורמים חיצוניים וברי שינוי?



4 < תקשורת בונה

מטרת הפעולה <



החניך ילמד מה הם המאפיינים של תקשורת אמיתית וירכוש כלים ליצירת תקשורת בריאה.

מבנה הפעולה <



1. החניכים ידונו במאפיינים של תקשורת נכונה (מחויבות, כנות, אמון ואחריות).
2. החניכים ילמדו כיצד לנצל את יתרונות אמצעי התקשורת (זמינות, תדירות, חיזוק הקשרים).
3. החניכים יחוו את כוחו של קשר טוב ואמיתי.

מהלך הפעולה <



1. החניכים ידונו במאפיינים של תקשורת נכונה (מחויבות, כנות, אמון ואחריות).

- מחלקים לכל החניכים דף תשובות (נספח 1) ומבקשים מהם לא לכתוב את שמם, אלא להשאיר אותו אנונימי. מפנים את כולם למשבצת מספר 3 ומבקשים לכתוב בה את התשובה לשאלה הראשונה ששאלנו (שאלות לדוגמה ניתן למצוא בנספח 2). לאחר מכן, אוספים את כל הדפים ומחלקים אותם שוב בצורה אקראית (כל אחד יקבל דף אחר). מפנים למשבצת מספר 7 ומבקשים לכתוב בה את התשובה לשאלה השנייה. שוב אוספים את כל הדפים ושוב מחלקים אותם בצורה אקראית (כך ששוב כל אחד יקבל דף אחר). וכן הלאה, עד שכל המשבצות מלאות בתשובות מחניכים שונים.
 - כשכל המשבצות מתמלאות, מחלקים את הדפים המלאים בצורה אקראית לכל חניך ומבקשים שתוך עשר שניות (או זמן אחר שמתאים לקבוצה, אפשר גם יותר, תלוי במספר המשתתפים), על כל חניך לגלות מי כתב כל משבצת ולהחתימו במשבצת המתאימה. מי שמגלה את מספר המשבצות הגבוה ביותר בזמן הקצוב - הוא הזוכה.
 - לאחר מכן מחלקים את החניכים לכמה קבוצות קטנות (בהתאם למספר החניכים). כל קבוצה תקבל מעטפה שעליה כתוב "תקשורת נכונה". במרכז כל קבוצה יהיו מונחים פתקים (נספח 3) עם מאפיינים שונים של תקשורת (כנות, שקרים, מחויבות, אחריות, רכילות, נתינה, פתיחות, היכרות, ניצול, שיח משמעותי, תחרותיות, אמון, קנאה, לשון הרע, הקשבה, השקעה)
 - על כל קבוצה לדון אילו פתקים היא מכניסה למעטפה שלה.
- ◀ למה? מה הכי חשוב מתוך המאפיינים? כיצד תקשורת נכונה בין אנשים מתקיימת?



2. החניכים ילמדו כיצד לנצל את יתרונות אמצעי התקשורת (זמינות, תדירות, חיזוק הקשרים).

- בשלב זה מכנסים את כל הקבוצה יחד, ושמים במרכז המעגל תמונות (נספח 4) של:

פלאפון

טלפון

מחשב

מפגש פנים אל פנים

הקבוצה תציע יתרונות של כל אמצעי תקשורת (יש להתמקד ביתרונות. בחסרונות דנו די והותר). לדוגמה: זמינות, תדירות, חיזוק הקשרים, יצירת קשר עם רחוקים.

3. החניכים יחוו את כוחו של קשר טוב ואמיתי.

לסיכום, עסקנו רבות בבעיות שאמצעי התקשורת מעלים, אך יחד עם זאת ראינו שיש להם יתרונות גדולים והם יכולים לשמש אותנו ככלים ליצירת קשרים, לחיזוקם, להעמקתם וכו'. במשחק נחשפנו קצת יותר זה לזה, כעת נוכל למנף את הקשרים שבינינו, להשקיע בהם וכן ללמוד כיצד לנהוג בקשרים שלנו גם מעבר לקבוצה. לסיים, כדאי לתת לחניכים להתנסות בקשר אמיתי ונכון - ולומר משהו אמיתי זה על זה ועל עצמם בסבב. אחרי סבב אמיתי מבקשים מכל אחד לשמור על האמת שלו וללכת איתה קדימה, בלי לזייף...



2	1
4	3
6	5
8	7

2	1
4	3
6	5
8	7





נספח 2

- ◀ אני הכי אוהב לאכול...
- ◀ התחביבים שלי הם...
- ◀ היאני מאמין שלי הוא...
- ◀ מה שגורם לך לשמוח הוא...
- ◀ לדעתי חברות היא...
- ◀ כשאהיה גדול אהיה...
- ◀ אני חושב שהקבוצה...
- ◀ אנשים חושבים שאני...

נספח 3

כנות



שקרים



אחריות



מחויבות



נתינה



רכילות



היכרות



פתיחות





תחרותיות



ניצול



אמון



שיח
משמעותי



לשון הרע



קנאה



השקעה



הקשבה





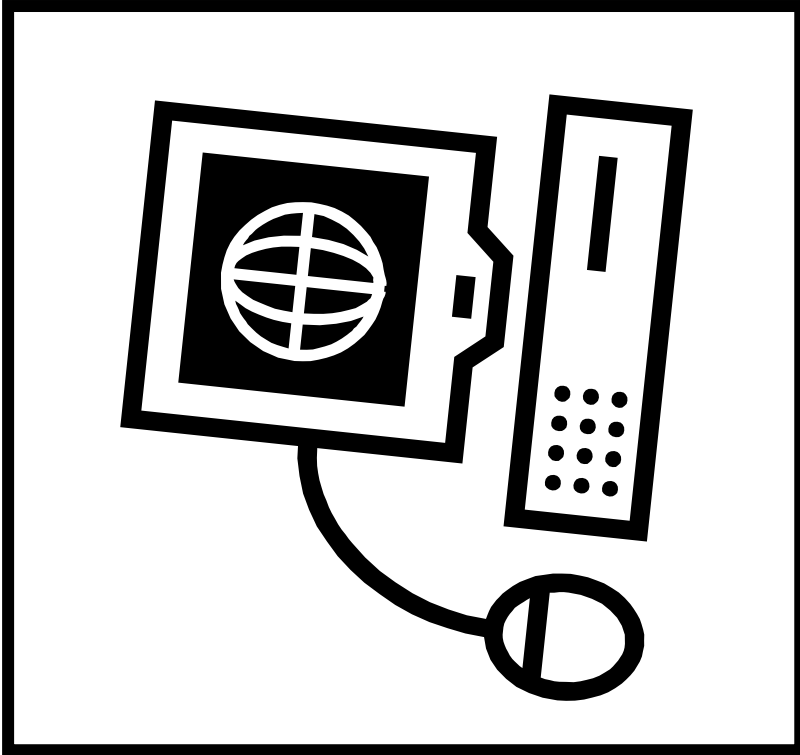
פלאפון

טלפון

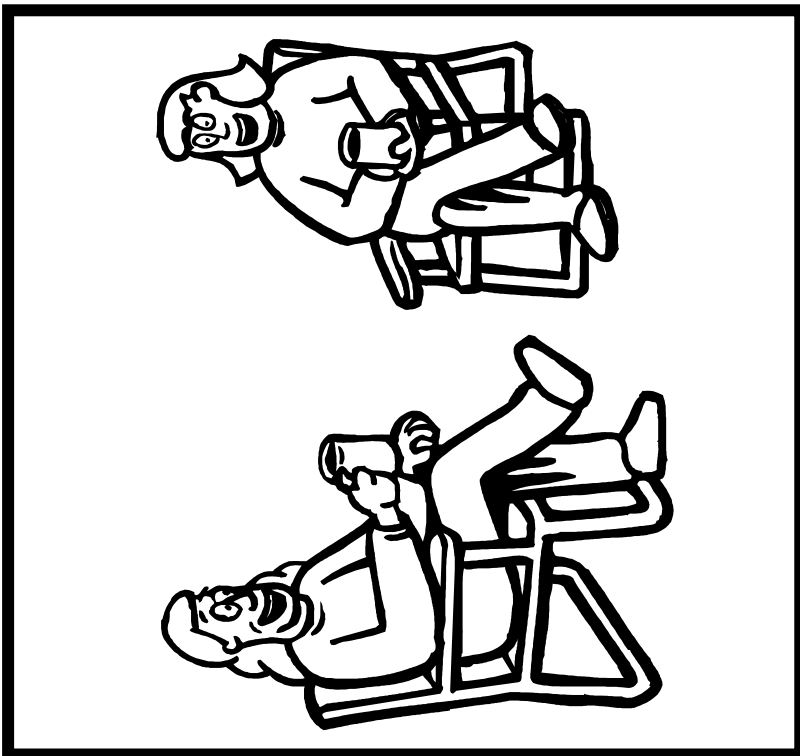




גחגח



שיחה



ופניהם

גאחורי הקלעים « מעין שלישי

- על שמירה על צניעות ופנימיות בעולם של החצנה -





הקדמה למערך מאחורי הקלעים

מטרת המערך <

לייצר תהליך שבו החניך יבין את חשיבות עולמו הפנימי ואת הצורך בשמירה ובשליטה במידת חשיפתו ובתוכן החשיפה.

מבנה המערך <

במערך יש ארבע פעולות והוא מורכב משלושה חלקים.

חלק ראשון - יחידה ראשונה

ביחידה זו הדגש הוא על העולם הפנימי של האדם (האישיות שלי, ובמקרה שלנו - של החניך) הכרה בעצם זה שהוא קיים, שיש בי משהו מיוחד, ובהבנת הייחוד של אישיותי ועולמי הפנימי. מתוך כך ישנה חשיבות לשמירה על הערך, בטיפוחו ובהוצאתו אל הפועל בצורה הראויה. היחידה מחולקת לשני חלקים, החלק הראשון הוא עצם ההכרה בקיום עולם פנימי, והחלק השני עוסק בדרכים לשמירה עליו. בעצם כאן אנחנו מציבים את הרעיון המרכזי שיחזור לאורך המערך והוא: "יש לי עולם פנימי והוא דבר חשוב, ויש דרכים להוציא אותו אל הפועל" חשוב מאוד לחזור ולהזכיר לאורך המערך את העולם הפנימי ואת הדרכים להוצאתו.

חלק שני - יחידה שנייה ושלישית

זהו החלק המעשי של המערך מבחינת הכלים שהוא נותן - מטרתו היא לתת מבט ביקורתי על צורות התקשורת בחיינו על ידי בחינת ערכים חשובים לנו (לדוגמה, כמה פרטיות אני רוצה בחיים שלי, לעומת כמה חשיפה, ולפי זה להיכן אני מעלה את התמונות שלי). אנחנו צריכים לזכור שהחניכים היקרים שלנו הם סביב גיל קבלת המצוות (פלוס מינוס), גיל שבו הביקורתיות מתחילה להתפתח אם נותנים לה מקום, וזה דבר שאתם כמדריכים יכולים לעשות ובגדול בדבר שהכי נוגע לחיי כולנו - התקשורת. דגשים שחשוב לזכור ביחידות אלו:

- איננו יודעים אם החניכים התבוננו במהלך חייהם בדברים באופן ביקורתי, אם הם ניסו להיות קשובים באופן מודע או לשים לב באופן מלאכותי איפה הם, ולהנהיג את חייהם בהתאם לחשיבה מודעת כזו.
- צריך להבחין בין מאפיינים לבין נקיטת עמדה. כאשר אני מאפיין משהו אני לא נוקט עמדה של טוב או רע אלא משקף מצב (אני רואה טלוויזיה, אני גולש X שעות במהלך היום, אני נהנה להיות עם חברים) לעומת זאת, כשאני נוקט עמדה מעניין אותי השיפוט המוסרי - מהם



החסרונות והיתרונות של התופעה (טוב לי או לא טוב לי לצפות בטלוויזיה, הגלישה באינטרנט

משפיעה על חיי לחיוב או לשלילה, האם זה חיובי להיות עם חברים וכדומה) צריך לשים לב

שלפני ששופטים את התופעה באופן מוסרי, חשוב קודם כול לשקף אותה בלי לשפוט אותה.

- אל תפחדו מדיונים, החניכים הם ילדים גדולים, עם יכולת חשיבה והרבה רצון לכך אם רק מעוררים אותו באופן נכון. במהלך היחידות מובאים רעיונות לדיונים, שווה להשתמש בהם לפי היכרותכם עם הקבוצה.

- מהות המערך הוא שהחניכים יבקרו, וייקחו מהפעולה כלים הנלאה לחייהם. לא בהכרח חייבים להגיע למסקנות חותכות, אלא עצם ההסתכלות הביקורתית בונה דעה בנושא זה אצל החניכים, דעה שתלך ותתפתח, תלך ותיעשה מודעת בהמשך.

- כלים ביקורתיים שאפשר להשתמש בהם להעשרת הפעולות:

👉 התבוננות חיצונית (מה היית אומר לאחייך או לחבר על הנושא)

👉 הבנת המציאות (שיקוף המציאות - איך זה משפיע עלי)

👉 הפרדה בין טוב ורע (שיפוט המציאות - טוב או לא טוב)

👉 שימת דגש על העיקר (סידור תופעות לפי חשיבותן או השפעתן)

👉 בדיקה לאור ערך (האם התופעה או ההתנהגות מקדמת או מועילה לערך מסוים או

להיפך)

חלק שלישי - יחידה רביעית

בחלק זה אנחנו מסכמים וסוגרים את המערך. חשוב מאוד שהחניכים ייצאו ממנו עם דברים פרקטיים למחר בבוקר, ולהגדיר את המקום שלנו ואת התפקיד האישי של כל אחד ואחד בקביעת רמת החשיפה שלו וההסתרה שלו.

מאוד חשוב להשתמש במסקנות של החניכים מפעולות קודמות, ולהזכיר תובנות משם כדי ליצור רצף בקבוצה, בלי זה לא ניתן להעביר את הפעולה ולסיים את המערך.

לאורך הפעולות ישנן מספר מתודות המשמשות לאותו רעיון. קחו את המתאימות ביותר לקבוצה. אתם בהחלט מוזמנים לשכלל, להוסיף ולייעל.

חזקו חברים!





מאחורי הקלעים > 1

מטרת הפעולה >

החניכים יבינו את חשיבות עולמם הפנימי וילמדו לנהל קשרים בינאישיים עם מודעות לעולמם הפנימי.

מבנה הפעולה >

1. חשיפת קיומו של העולם הפנימי
2. למידת דרכי שמירה וחשיפה ראויות לעולם הפנימי
 - א. עיקרון ה"להסתיר כדי לגלות"
 - ב. עיקרון "האוצר"

מהלך הפעולה >

הקדמה למדריך: חשוב להבין שיש לי עולם עצום משמעותי וחשוב בפנים, ושיש לי כאדם ערך יקר מפז. משום שהבנה זו גורמת לי להתנהג בהתאם - אני מטפח אותו, שומר עליו, מראה (או לא מראה) אותו כשנכון וכשאפשר. ממילא, אני מבין שיש לי פנימיות מיוחדת ואיני מסתפק רק בחיצוניות.

1. חשיפת קיומו של העולם הפנימי

- מחלקים לכל חניך דף שעליו הוא מתבקש לרשום במילה אחת בלבד תכונה טובה ובולטת שלדעתו אמו הייתה כותבת עליו. לאחר מכן עושים סבב ומבקשים מהחניכים להקריא את התכונות. בסוף הסבב נשאל כפתיחה לדיון האם מישהו רשם /למה אף אחד לא רשם את "יפה" כתכונה הבולטת בו? (אם הקבוצה לא בעניין, אפשר גם לוותר על הסבב ורק לשאול) ומדוע? וזה המקום לפתוח דיון ולחפור: איך הם היו מרגישים אם אימא שלהם הייתה רושמת יפה? למה יפה זה לא תכונה שהיינו מצפים מאמא להגדיר בה אותי?
- שוק התכונות - מכינים כרטיסים ועליהם שמות עם הרבה תכונות טובות (מנהיגות, רגישות, טוב לב, אחריות ועוד) ומתמחרים אותם (כמה כל אחת שווה). מחלקים לחניכים "כסף", ומבקשים מכל אחד מהחניכים לקנות תכונות לחבריו על פי מה שהוא חושב שמתאים להם. אפשרות נוספת היא שכל חניך יקנה לעצמו את התכונה המתאימה לו (החיסרון באפשרות זו היא שבתחילה הם יתקשו להחמיא לעצמם).



- מסע אל עצמי - מכינים כל מיני קטגוריות (חמש תכונות טובות בי, שני דברים שאני אוהב, שני דברים שקשה לי עם עצמי, משהו טוב שעשיתי, החברים שלי הם... וכו') נותנים לכל חניך מעטפה עם שמו ועל החניך לעבור בין הקטגוריות ולמלא את מעטפתו בהתאם לעצמו (אם הקבוצה בעניין, מומלץ לערוך את המסע כערב נפרד ומושקע עם נרות ומוזיקה, ולהמשיך את הפעולה כהמשך נפרד תוך סיכום מה שגילו החניכים במסע).

כאן חשוב להציף ולדבר על ההבדלים שבין פנימי לחיצוני. מה הן התכונות הפנימיות שלי? האם יופי הוא תכונה פנימית או חיצונית? איך אני מגדיר, מרגיש או מחליט מהי תכונה שיש לי ומה לא? האם אני מודע לצדדים הטובים שבי? איך נקרא להם? "האישיות שלי"? מה הכוונה במושג המפוצץ הזה? אחרי שנעמיק להבין שיש לי עולם פנימי - תכונות, מחשבות, אהבות, קשיים, חולשות, רעיונות, תפיסת עולם שהיא ייחודית לי, שנבנתה על ידי ניסיון החיים שלי, התכונות והאופי שלי. לא תמיד כל זה יוצא החוצה, ולא תמיד אנשים סביבי מודעים לעולם זה ולעתים אפילו לא תמיד מכירים אותו. אחרי שמעמיקים ומבהירים נקודה זו, מתקדמים לשלב הבא.

2. למידת דרכי חשיפה ראויים של העולם הפנימי

א. עקרון ה"להסתיר על מנת לגלות"

עד עכשיו הבנו שכל אדם מורכב מעולם חיצוני ועולם פנימי, והעולם הפנימי הוא העולם המרכזי. כי. כמו כן, הבנו שבהרבה מקרים מעצם טבעם לעתים ישנה התנגשות בין עולמי הפנימי לבין זה החיצוני. כעת, ננסה ללמוד עיקרון שלכאורה נראה לא הגיוני והוא שבכדי להביא לידי ביטוי את העולם הפנימי בצורה עמוקה ונכונה ובכדי שיכירו אותי באמת - צריך לעתים להסתיר את העולם החיצוני! ההסבר לכך הוא שהעולם החיצוני הוא הדבר הראשון שרואים ואין צורך להתאמץ כדי לבחון אותו ולהכיר אותו, בניגוד לעולם הפנימי שדורש מהמתבונן להתאמץ, להעמיק ולהתנתק מדעות קדומות, לכן חשיפת העולם הפנימי יכולה לצייר אותו כרדוד ולהאיר אותו באור לא נכון. כדי להפגיש את החניכים עם רעיון זה משחקים את המשחק הבא:

- חוקיות "הדבר הבא" - הרעיון של המשחק הוא כמו המשחק "הרצל אמר". החשיבות היא לא רק במה אני אומר, אלא גם בסגנון שבו אני אומר זאת ("לא אמרתי הרצל אמר"). החוקיות במשחק זה היא להגיד "הדבר הבא..." לפני שאומרים חפץ. מטרת החניכים היא לעלות על כך שזו החוקיות. אומרים לחניכים "הדבר הבא זה השולחן" ומצביעים עליו, "הדבר הבא זה הכסא" ומצביעים וכן הלאה. ואז נשאל את החניכים מה "הדבר הבא". רק חניך שאומר חפץ בתוספת ההקדמה של "הדבר הבא" אומרים לו שהוא צודק וממשיכים. כל חניך שאומר חפץ בלי ההקדמה - אומרים לו שהוא טעה. אפשר להמציא עוד חוקיות מאותו עיקרון, כשהרעיון הוא שההתמקדות היא לא בדבר הנכון ולכן החניכים מפספסים את החוקיות (מתמקדים בכך שהמדריך מצביע ולא בפתיח של הדברים). כמו כן, אפשר פשוט לשחק "הרצל אמר".



מכאן מתקדמים לעוד קומה.

- מביאים לחניכים תמונה של אפי מהספר "איפה אפי" (נספח 1) ומבקשים מהם שתוך דקה ימצאו את אפי. אחרי שהם נכשלים, או לפחות מתקשים מאוד, מבקשים מהם שוב למצוא את אפי, רק שהפעם שמים בריסטול עם חור במקום שבו אפי נמצא, ואז תוך שנייה הם מוצאים.
- שואלים את החניכים למה לקח להם זמן לעלות על החוקיות? (בהתחשב בכך שהם לא מכירים אותה)

כמה פעמים קורה לנו בחיים שאנחנו מתמקדים בחיצוני או בדבר השולי ולכן מפספסים את העיקר? יתר על כן, כשאנו ניצבים בפני המון פרטים (איפה אפי, המשחק של החוקיות) איך אנחנו יודעים להתמקד בפרט הנכון מתוך אלפי הפרטים שקופצים לעינינו? לעומת זאת, מה קורה ברגע שהסתרנו את מסיחי הדעת (הבריסטול עם אפי, הסברת החוקיות במשחק)? האם היה לנו יותר קל? האם בחיים האישיים קורה לנו שמתייחסים רק לחיצוניות שלנו? או שאנחנו מתייחסים רק לצדדים חיצוניים אצל אחרים? האם זה קורה בקבוצה? בסניף? בכיתה? (בבית?) עכשיו, מנסים להסביר את עקרון ה"הסתיר כדי לגלות" שהוסבר לעיל - לשם הדגשת דבר צריך לפעמים לבדוד אותו, להסתיר אותו וכדומה.

ב. עקרון ה"אוצר"

ראשית, ננסה להבין בעצמנו את העיקרון. כשיש לי אוצר חשוב ובעל ערך אני לא אסתובב איתו כל היום ואראה אותו לכולם, אלא אשמור אותו ואראה אותו רק במקומות הראויים ורק לאנשים שמסוגלים להבין את ערכו. כדי להסביר זאת לחניכים - נשתמש במשחקים הבאים:

- כיבוש דגלים - מחלקים את הקבוצה לשני קבוצות. לכל קבוצה יש "דגל" המוצב בטריטוריה שלה, ומטרת הקבוצה היריבה היא לכבוש את הדגל על ידי חטיפתו וברירה איתו לכיוון הטריטוריה שלה בלי להיתפס. אחרי המשחק, שואלים את החניכים למה הם לא לקחו את הדגל שלהם לצד של הקבוצה היריבה? למה הם שמרו עליו? למה כאשר יש לי משהו חשוב אני מגן עליו ומראה אותו רק לחברי קבוצתי? מסבירים את רעיון ה"אוצר" - הדגל הוא המטרה של המשחק. לכן אני שומר עליו ומציב עליו כמה שיותר שמירות והגנות.
- אפשר לשחק סטרטגו באופן שבו מחלקים את הקבוצה לשניים, וכל אחד מחברי הקבוצה מתפקד ככלי משחק.
- אפשר לשחק כל משחק קלפים שבו אני מסתיר את הקלפים שלי, כי אני יודע שאם מישהו יראה אותם, אני אהיה בעמדת נחיתות.

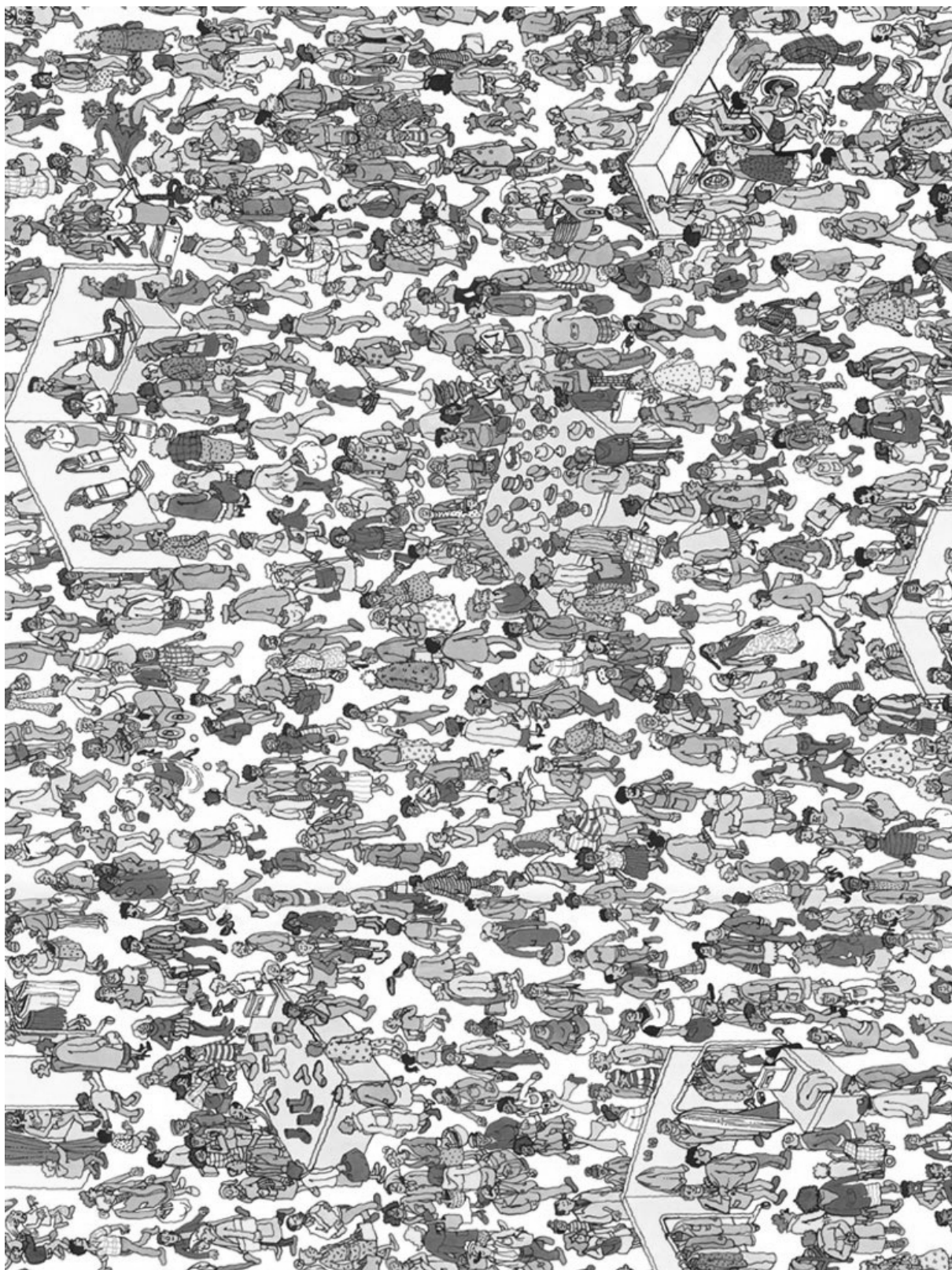


וכניהם איש אל אחיו



מסכמים את הרעיונות ומקשרים לעולם הפנימי - (כמובן לאורך כל הפעולה נשתמש בתשובות שלהם)
השאלה לאיזה חלק בחיים שלי אני מתייחס כאוצר. האם יש דברים שעליהם אני שומר מאוד? מה הם?
איך אני עושה זאת? האם העולם הפנימי שלי לא יותר חשוב מקלפים? לכל אחד ואחד מאיתנו יש עולם
פנימי עצום, וברגע שנכיר בו ונתייחס אליו כמו אוצר (בהתאם למה שהוא!) אנשים יכירו אותנו באמת
ויתייחסו אלינו בהתאם.







מאחורי הקלעים > 2

מטרת הפעולה >



החניכים ידעו לחקור ולבקר את החשיפה וההצנעה בחיים הפיזיים (פנים אל פנים).

מבנה הפעולה >



1. אפיון רמת החשיפה וההצנעה פנים אל פנים
2. למידה על היתרונות והחסרונות בצורת התקשורת הזאת
3. ביקורת החסרונות וחשיפת שורשים

מהלך הפעולה >



1. אפיון רמת החשיפה וההצנעה פנים אל פנים

- מחלקים את החניכים לשלוש קבוצות מחקר. מסבירים לחניכים כי על הקבוצות ללכת ולהתבונן בסוגי שיחות ותקשורת בין אנשים במשך חמש דקות, כאשר כל קבוצה צופה בסוג שיחה שונה. על הקבוצות לרשום מאפיינים על צורת התקשורת: כמה האנשים חושפים, כמה הם מסתירים, מה הם חושפים וכו' - ועליהם לרשום את מה שהם רואים, בדף המצורף (נספח 1).

סוגי השיחות:

- א. אנשים במקום המוני
 - ב. אנשים בקבוצה מוכרת
 - ג. אנשים בשיחה אישית (אפשר לעשות שיחות בתוך הקבוצה עצמה)
- כשהחניכים חוזרים לקבוצה שואלים אותם מה הם המאפיינים ועורכים רשימה והשוואות בין הקבוצות. רושמים את ההשוואה על טבלה גדולה המחולקת לשלוש, כאשר את כל אחד מהסוגים נחלק ליתרונות ולחסרונות (דוגמה למאפיינים: האדם גלוי/ חשוף/ מרוסן/ שקול/ תחושה לא נעימה (פאדיחה)/ ראיית האחר/ תקשורת בין תנועות הגוף/ קשר עין/ מגע/ פחד/ חיצוניות וכדומה).

2. למידה על היתרונות והחסרונות בצורת התקשורת הזאת

- משחקים את משחק המתנות - מבקשים מכל חניך לפני הפעולה להביא מתנה קטנה (וזולה) עטופה בעטיפה אטומה. בתחילת המשחק אוספים מכל החניכים את המתנות ומניחים במרכז המעגל. מתחילים לפתוח את המתנות בסבב - החניך הראשון בוחר מתנה פותח ומשאיר אצלו, כך גם החניך השני. החניך השלישי בוחר מתנה ופותח אותה, אבל הוא כבר יכול להחליט אם להישאר עם המתנה או להחליף אותה עם מי שבחר לפניו (מי שלפניו חייב להחליף). כך עד סוף





הסבב. מה שאמור לקרות הוא שהחניכים מתחילים לארגן עסקאות, "אתה תפתח את זה ותביא לי את זה", כדאי גם ללחוץ עליהם או לדחוף אותם לכך באופן סמוי. בסוף הסבב שואלים את החניכים מה היתרונות בכך שראינו זה את זה במהלך המשחק, ומה הם החסרונות (ובכלל לא רק במשחק)? אם היינו משחקים אותו משחק בלי לראות זה את זה, האם היה קורה אותו הדבר? מה היה משתנה? עכשיו, שואלים האם זה מתקשר לאפיונים שראינו קודם ביחס לצורת השיחה? תוך כדי רושמים את החסרונות שהחניכים מעלים על בריסטול, ומוסיפים אותם למה שכבר למדנו ביחס לאותם אפיונים. (דוגמה לחסרונות: יותר חסומים, פחות מדברים, יש מגע, אין זמן תגובה)

3. ביקורת החסרונות וחשיפת שורשים

- עורכים כעת דיון - פורסים את החסרונות שכתבנו קודם על בריסטולים במרכז המעגל, ומבקשים מאחד החניכים להגיד ממה לדעתו נובע חסרון זה? והאם זה חסרון מוכרח? (כלומר, האם יכול להיות אחרת? למשל, הסיבה לכך שאנשים יותר מתביישים היא כי הם לא ממעיטים בערך עצמם. אם יהיה לו יותר ביטחון עצמי, האם זה ישתנה?) ממשיכים את הסבב שבו כל אחד בוחר חסרון ומחפש מה השורש שלו. מאוד חשוב לעודד אותם להיות ביקורתיים, אפילו על ידי תחרות כלשהי בין קבוצות מי מצליח למצוא יותר שורשים או פרס לכל מי שמצליח למצוא שורש שמוסכם על הקבוצה.
 - "הייד פארק" - מחלקים את החניכים לשתי קבוצות וכל קבוצה חושבת על דרך לפתור את החסרונות. לאחר מכן עושים במה ומכל קבוצה לפי תור עולה חניך ומנסה לשכנע את כולם למה הדרך שלהם היא הנכונה. אם חניך מהקבוצה השנייה משתכנע מדברי הנואם של הקבוצה האחרת הוא צריך לעבור קבוצה. חשוב כאן להיות אמינים. הקבוצה הכי גדולה היא זאת שזוכה בסופו של דבר בטופי או בכל ממתק אחר לכל הקבוצה.
- לפני שמסיימים את היחידה עורכים סיכום של היתרונות, החסרונות והפתרונות שהועלו. אחרי שמסכמים את היתרונות והחסרונות, עורכים דיון וסיכום שבו מתייחסים למה בר תיקון בחי, הן מצד המידות שלי, כעבודה על המידות, ומה פשוט דורש מודעות. ייתכן שתמצאו לתת לחניכים כעת את המשימה של היחידה הבאה, על מנת שיגיעו אליה כבר מוכנים, ויקשרו אותה למה שעברנו היום. כמו כן, חשוב לשמור את הבריסטולים לפעולה הבאה.



מאפייני שיחה



מידת חשיפת מידע: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

מידת הסתרת מידע: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

תוכן המידע שנחשף: _____

מאפיינים נוספים: _____

מאפייני שיחה



מידת חשיפת מידע: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

מידת הסתרת מידע: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

תוכן המידע שנחשף: _____

מאפיינים נוספים: _____



מאחורי הקלעים > 3

מטרת הפעולה >

החניכים ילמדו לחקור ולבקר את מידת החשיפה וההצנעה בחייהם הווירטואליים

מבנה הפעולה >

1. אפיון רמת החשיפה וההצנעה על המסך
2. חקירת היתרונות והחסרונות בצורת התקשורת הזאת
3. ביקורת החסרונות וחשיפת שורשים

מהלך הפעולה >

1. אפיון רמת החשיפה וההצנעה על המסך

לפני הפעולה מסבירים לחניכים כי בדומה לפעולה הקודמת, שבה אפיינו את רמת חשיפה והצנעה בחיים הממשיים, עליהם לאפיין עתה את רמת החשיפה של בני האדם בחיים הווירטואליים, לרשום את מסקנותיהם ולהביא אותם איתם לפעולה. מחלקים לשלוש קבוצות (ניתן לעשות את השלב הזה בסוף הפעולה הקודמת, בטלפון או בכל צורה שהיא לפני הפעולה הנוכחית):

- א. בפייסבוק
- ב. בטוקבקים
- ג. בפלאפונים

- לשם הצפה והעמקת הדיון, מדפיסים ומביאים לפעולה סטטוסים מהפייסבוק, טוקבקים על עניין שבחרנו, וכן שו"ת MS.

שואלים את החניכים מה המאפיינים העיקריים של רמת החשיפה, מוציאים את הבריסטולים של שבוע שעבר, רושמים את המסקנות החדשות, משווים בין המדיות (מקום שידועים מי אני למקום שלא) וכן משווים ביחס למאפיינים של התקשורת הפיזית - כרגע בלי לנקוט עמדה - לטוב ולרע (זוכרים את ההקדמה ביחס להבדל שבין שיקוף לשיפוט?).

2. חקירת היתרונות והחסרונות בצורת התקשורת הזאת

- בשלב זה, משחקים את "משחק הריבוע" - מבקשים מהחניכים שיעמדו במעגל ויחזיקו ידיים. כמו כן, מבקשים מהם לעצום עיניים. כעת, מבקשים מהם להסתדר בריבוע בלי לעזוב ידיים ובלי לפקוח עיניים! (קשה ממש ומצחיק ממש...)
- שואלים את החניכים מה היה קשה בלהסתדר בלי לראות? האם זה היה רק קשה, או האם היו לכך יתרונות?



משם, צומחים לשאלה יותר רחבה: מה הם החסרונות בתקשורת שבה רואים את האדם (פנים אל פנים) לעומת תקשורת "עצומה" (מסך/טלפון)? מה היתרונות בלחשוף שם דברים ומהם החסרונות? (זה הזמן לנקוט עמדה לגבי האפיונים!)

- כעת, כדאי להביא לחניכים את השאלות שאספנו משו"ת SMS ולהרחיב את השאלה ואת דיון גם לשם - האם היתרון של החוסר ראייה שמאפשר להיפתח גם כלפי זר הוא רק יתרון, או שיש בו גם חיסרון?

3. ביקורת החסרונות וחשיפת שורשים

- מספרים לחניכים על המחקר (נספח 1) ומקריא להם את תוצאותיו: "זוגות שקיימו קשר דרך המסך נטו יותר לחשוף פרטים אישיים אודות עצמם בהשוואה לזוגות שקיימו שיחות פנים אל פנים". שואלים את החניכים האם לדעתם היה לזוגות שקיימו קשר וירטואלי קל יותר? אם כן, למה? האם גם להם קל יותר להתבטאות באינטרנט? האם יש הבדל בין זה לבין צורת הביטוי שלהם בחיים? האם צריך להיות גבול?
- כעת, מבקשים שלושה מתנדבים. מטילים על כל אחד מהם לכתוב מה הם שני החסרונות הכי גדולים לדעתו בתקשורת הווירטואלית. לאחר שהם מסיימים מבקשים מהם לעמוד בשלוש קצוות ולהקריא לפי תור את החסרונות. כל חניך שמסכים עם החסרונות שהקריא החניך המתנדב עובר לשבת לידו, אם הוא מסכים עם הבא אחריו הוא יכול לעבור אליו. כך ממשיכים עד שנוצרות שלוש קבוצות. כמו כן, אפשר לבקש מהם לרשום את החסרונות על בריסטולים בגדלים דומים והחניכים יעברו בין הבריסטולים.
- לאחר שהחניכים התחלקו לשלוש קבוצות, מטילים על כל קבוצה משימה לכתוב איך הם יכולים להשתמש ביתרונות של התקשורת הווירטואלית לחשיפה טובה ששומרת ומגדילה את העולם הפנימי, והמלצות איך להיזהר מהחסרונות וכן מה לדעתם הגבולות שצריכים להיות (מה אני כן חושף מה אני לא חושף וכו'). אחרי שכל קבוצה כותבת את יתרונותיה, עורכים סבב ודיון על איך עושים זאת, והאם זה בכלל אפשרי.
- לסיום, שואלים את החניכים איפה הם מרגישים יותר בטוח לחשוף את האוצר שלהם, ואיפה הם מסתירים את הטפל ומראים את העיקר? ולמה? משאירים את הדיון פתוח, ומבטיחים לסגור אותו ביחידה הבאה.





חשיפה עצמית ותפקידם של מודעות עצמית ואנונימיות חזותית בתקשורת בתיווך מחשב

תקציר



החוקרים ערכו שלושה ניסויים כדי לבחון את את ההשערה כי תקשורת באמצעות מחשב (CMC) מגבירה את החשיפה העצמית של המשתמשים (הניסויים נערכו על שלוש קבוצות משתמשים - סטודנטים בגילאי 23 עד 24 בממוצע). **בקבוצת הניסוי הראשונה**, נמצא שרמת החשיפה העצמית בתקשורת בתיווך מחשב, הייתה גבוהה יותר בהשוואה לחשיפה עצמית בשיחות פנים אל פנים.

בקבוצת הניסוי השנייה נבדקה תפקידה של האנונימיות החזותית בעידוד החשיפה העצמית בתקשורת בתיווך מחשב. ממצאי המחקר מראים כי משתתפים בעלי אנונימיות חזותית, נטו יותר לחשוף מידע על עצמם בתקשורת מתווכת מחשב מאשר בתקשורת פנים אל פנים.

בקבוצת הניסוי השלישית החוקרים תפעלו את המשתנה של מודעות עצמית פרטית לעומת ציבורית, על ידי כך שהשתמשו במצלמות וידיאו במהלך התקשורת באמצעות וידיאו קונפרנס ושימוש ברמזים עבים המגבירים את המודעות העצמית של המשתתפים. זאת כדי ליצור שני סוגים של מודעות עצמית: ציבורית (שלה יש שני ערכים - גבוהה ונמוכה) ופרטית (שגם לה יש שני ערכים - גבוהה או נמוכה).

ממצאי המחקר מראים כי כאשר המודעות העצמית הפרטית גבוהה, והמודעות העצמית הציבורית נמוכה, המשתמשים ב-CMC נוטים לחשוף יותר פרטים על עצמם בצורה ספונטנית מאשר בתקשורת פנים אל פנים (FTF).

סיכום

מתוצאות המחקר הנוכחי עולה כי אנשים חושפים יותר מידע על עצמם כשהם מקיימים תקשורת עם משתמשים אחרים באמצעות CMC. כמו כן, ממצאי המחקר מראים כי אנונימיות חיצונית גורמת לכך שאנשים חושפים יותר מידע על עצמם לעומת מצב של העדר אנונימיות.

מתוצאות הניסוי השלישי עולה כי ההסבר לכך שחשיפה עצמית באמצעות תקשורת בתיווך מחשב רבה יותר אינה קשורה לגורם הדה-אינדיווידואציה, אלא לגורם האנונימיות - כלומר לרמה גבוהה של מודעות עצמית פרטית ורמה נמוכה של מודעות עצמית ציבורית.

המחקר הנוכחי עסק בחשיפה עצמית בשל התפקיד החשוב של חשיפה עצמית בהתפתחות יחסים בינאישיים, ולכן חשובים גם להבנת התפתחות היחסים הבינאישיים ברשת. מתוצאות הניסוי בקבוצה הראשונה ניתן לראות כי משתמשים מדווחים על יותר חשיפה עצמית בתקשורת בתיווך מחשב ברשת מאשר בתקשורת פנים אל פנים ולכן תומכים בהשערת חוקרים (וולטר) כי תקשורת באמצעות CMC היא יותר חברתית מאשר תקשורת פנים אל פנים.

לתקשורת בתיווך מחשב יש גם יתרון ביעילות רבה יותר בביצוע משימות ובקיום יחסים בינאישיים ארוכי טווח. מתוצאות הניסוי של הקבוצה השנייה עולה כי לאנונימיות חזותית יש השפעה מכרעת על רמת החשיפה העצמית. כאשר קיימת אנונימיות חזותית אנשים נוטים יותר לחשוף פרטים אישיים ואינטימיים על עצמם. כאשר רמת האנונימיות החזותית נעלמת, נמצא כי אנשים חושפים פחות מידע על עצמם.

מתוצאות הניתוח של קבוצת הניסוי השלישית עולה כי רמה גבוהה של מודעות עצמית פרטית ורמה נמוכה של מודעות עצמית ציבורית יביאו ליותר חשיפה עצמית בקרב משתמשי ה-CMC.

כמו כן נמצא כי דה-אינדיווידואציה קשורה ברמה נמוכה הן של מודעות עצמית פרטית והן של מודעות עצמית ציבורית. כמו כן רמת החשיפה העצמית של המשתתפים הייתה נמוכה בהשוואה למצב שבו המודעות העצמית הפרטית הייתה גבוהה. חוקרים אחרים מסבירים כי הפחתת המיקוד העצמי ברשת היא אחד ההסברים לדה-אינדיווידואציה ברשת ובכל מקרה גורמת לכישלון של יחסים בינאישיים ברשת.

המחקר הנוכחי התמקד בחשיפה עצמית בשל התפקיד החשוב של חשיפה עצמית בהתפתחות יחסים בינאישיים. וכאן נמצא כי בתקשורת בתיווך מחשב יש רמות גבוהות יותר של חשיפה עצמית (כשרמת האנונימיות החזותית גבוהה) ושרמת החשיפה העצמית באמצעות CMC היא גבוהה יותר מאשר חשיפה עצמית בתקשורת פנים אל פנים. החוקרים מסיקים כי להתפתחות רשת האינטרנט ושימוש בתקשורת בתיווך מחשב יש השפעה מכרעת על ההתנהגות האנושית. וכיום יש לקחת בחשבון את התקשורת כמרכיב חשוב ובלתי נפרד מכל הסבר על התנהגות אנושית.



מאחורי הקלעים > 4

מטרת הפעולה >



החניכים יכירו שיש להם עולם פנימי עמוק ויבינו שצריך להוציא אותו החוצה בצורה נכונה ולפתח אותו.

מבנה הפעולה >



1. חשיפה לקיום השפעת העולם הווירטואלי
2. חשיפת החניך וצניעותו יהיו בהתאם לרצונותיו
3. לימוד דרכי התמודדות עם ההשפעה בעזרת ביקורת ופרויקטים מעשיים
4. החלטה על פרויקט מעשי. "גדול לימוד שמביא לידי מעשה"

מהלך הפעולה >



1. חשיפה לקיום השפעת העולם הווירטואלי

- מתחילים את היחידה במשחק "מכירים את זה ש...". עורכים סבב ובו מבקשים מכל חניך להגיד "מכירים את זה ש..." ולהוסיף מקרה שקרה לו בחיים הממשיים, והוא הגיב כמו בחיים הווירטואליים (לדוגמה, מכירים את זה שמישהו אומר משהו מצחיק ובמקום לצחוק אתה עושה חחח... או מכירים את זה שמישהו מספר סיפור יפה ואוטומטית אתה אומר לייק ומרים את האגודל...) מי שאין לו מה להגיד נפסל, והאחרון שנשאר מנצח.
- כעת, מבקשים מהחניכים לשכב על הגב, לעצום עיניים, ולדמיין סיטואציה (חדר ניתוח, מרדף משטרתי או כל דבר אחר העולה על רוחכם). לאחר מכן מבקשים מהם לתאר לנו איך זה היה נראה (אם הקבוצה מייבשת, אפשר לעשות את זה בלי הדרמתיות של הדמיון המודרך). רוב החניכים יתארו את המקרה כמו שהם ראו בטלוויזיה או בסרט (מדהים, אבל זה עובד...) שואלים אותם מאיפה הם יודעים?
- לאחר מכן, שואלים את החניכים עד כמה הם חושבים שהמציאות הווירטואלית משפיעה על החיים שלהם? עד כמה היא חלק מהעולם שלהם? (צריך לזכור, הרגע ראינו שהרבה. אם זו קבוצה מתחכמת, ניתן קודם כול לשאול ורק אחר כך לערוך את הניסוי שמוכיח...) כעת ננסה להבין - למה יש השפעה? והאם זה טוב (לדעתם)? לקראת החלק הבא, מסכמים בכך שאין רע שיש השפעה, זה חלק בלתי נפרד מהחיים. וצריך להיות מודעים להשפעה.

2. חשיפת החניך וצניעותו יהיו בהתאם לרצונותיו



- משחקים "טאבו". מוציאים כרטיסיות שבראש כל אחת יש מילה. החניך צריך לתאר את המילה בלי להגיד את חמש המילים שכתובות מתחת למילה. שאר החניכים צריכים לזהות את המילה המתוארת (עיין <נספח 1 ביחידה הראשונה של מערך פנים אל מול פנים, עמוד 171) (אפשר כתחרות בין שתי קבוצות, אפשר על זמן, כמה כרטיסיות מספיקים בדקה וכו', כמו כן ניתן לשחק עם המשחק המקורי).

- לאחר מכן, משחקים עם הקבוצה "אישיות" - מכינים כתרים ועל כל כתר רושמים שם של אישיות (כיד הדמיון והידע שלכם. ניתן גם להשתמש בנספח 2 של היחידה הראשונה של מערך "כל ישראל חברים", עמוד). שמים למישהו את אחד הכתרים על הראש ומבקשים ממנו לגלות מי האישיות המדוברת באמצעות שאלות שהוא מציג לקבוצה, כשלקבוצה מותר לענות רק בכן או לא, וכך הלאה עם שאר הכתרים (אם יש לכם משחק אחר שבו צריך לגלות משהו, ניתן להשתמש גם בו!).

אחרי שמגלים את כל הדמויות, שואלים את החניכים איך הם הרגישו עם ההגבלות (אסור להסתכל, רק כן או לא, העובדה שאסור להגיד מילים מסוימות וכו')? לעומת זאת, איך הייתה ההרגשה אם הם היו קובעים את ההגבלות? ברור שאז היה להם יותר קל.

כעת מבהירים - כמו במשחקים גם בחיים צריך לשלוט בהתאם לרצונות שלי ולפנימיות שלי בדרך העברת המסר ובכמות החשיפה. אני צריך הגבלות שיתאימו לי, וינבעו מעולמי הפנימי. כשאני שולט באילו מילים להשתמש (טאבו) ומה אפשר לחשוף ומה לא (אישיות), זאת האישיות שלי.

3. לימוד דרכי התמודדות עם ההשפעה - בעזרת ביקורת ופרויקטים

מעשיים

- משחקים "סנייק אנושי" - מחלקים את החניכים לשתי קבוצות. מבקשים מכל קבוצה לעמוד בצורה של רכבת ומכל אחד לשים את הידיים על המותניים של זה שלפניו. מכסים לכל האנשים ב"נחש" את העיניים חוץ מהאחרון.

המטרה של החניך האחרון בשורה לנווט עך ידי כך שהוא "מזיז" את המותניים של זה שלפניו קצת וזה שלפניו מעביר את הכיוון הלאה עד שהראשון מקבל את המידע ופונה לכיוון הזה.

המטרה היא לא להתנגש בגוף הנחש השני. אם מתנגשים - החניך הראשון יוצא. קבוצה שאיבדה את כל החניכים (חוץ מהאחרון, כמובן) - מפסידה (העיקרון הוא כמו של המשחק snake).

שואלים את החניכים הראשונים איך הייתה ההרגשה שלא יודעים לאן פונים ושהקביעה באה מאחורה? ואיך זה בחיים, שההשפעה נכנסת מאחורינו ומובילה אותנו? האם זה מפריע? למה? איך היה מתנהל המשחק אם הראשונים היו אלה שעם עיניים פקוחות?

כאן מסכמים ואומרים: כמו שראינו קודם מי שצריך לקבוע את הגבולות ואת רמת החשיפה זה אנחנו... ההשפעה קיימת, זה פשוט חלק מאיתנו, אבל מי שצריך לשמור על ייחודו ולגלות את פנימיותו ברבים



זה אנחנו. ל"השפעה" לא מזיז מזה. לכן אנחנו אלו שצריכים ללכת ראשונים בעיניים פקוחות, לראות את היתרונות והחסרונות של כל צורת תקשורת ולהתאים את התוכן לכלי שרוצים להעביר אותו בו... במקום שצריך להסתיר - נסתיר, במקום שצריך לגלות - נגלה... (רעיון האוצר). נשתמש בכלי הביקורת וההתבוננות שלמדנו בפעולות הקודמות (התבוננות חיצונית, הפרדה בין טוב לרע, אפיון, הבנת המציאות וכו') ונסתכל בעיניים פקוחות על ההשפעות (זה המקום להזכיר לחניכים את המסקנות שלהם מהפעולות הקודמות). יש פעמים ששיחות פיזיות יותר מתאימות ויש פעמים שלתוכן השיחה יותר מתאים הודעה ויש פעמים שפשוט שתיקה... הכי חשוב שהשולטים בכך הם אנחנו, מתוך אמונה בעצמינו ובייחודנו.

4. החלטה על פרויקט מעשי. "גדול לימוד שמביא לידי מעשה"

לפני שמסיימים, מסבירים לקבוצה שחשוב שכל מה שלמדנו לא יישאר רק באוויר, אלא ימשיך איתנו הלאה במהלך חיינו ביום יום.

- לשם כך, מחלקים את החניכים לקבוצות קטנות, ומבקשים מכל קבוצה להעלות רעיון לפרויקט שהקבוצה תיקח על עצמה כדי להשתמש בכלים הקיימים לחשיפה נכונה של דברים נכונים (הבלטת העולם הפנימי של החניכים והפיכתו למרכז). ולבסוף עושים הצבעה ובוחרים רעיון אחד (קבוצה גדולה יכולה לקחת מספר רעיונות).

דוגמאות לרעיונות:

א. דף תוכן בפייסבוק

ב. עיתון סניפי

ג. לוח מודעות

ד. קביעת לימוד

ה. פרסום סטטוס עם דברים טובים פעם בשבוע

וכן כיד הדמיון הטובה.

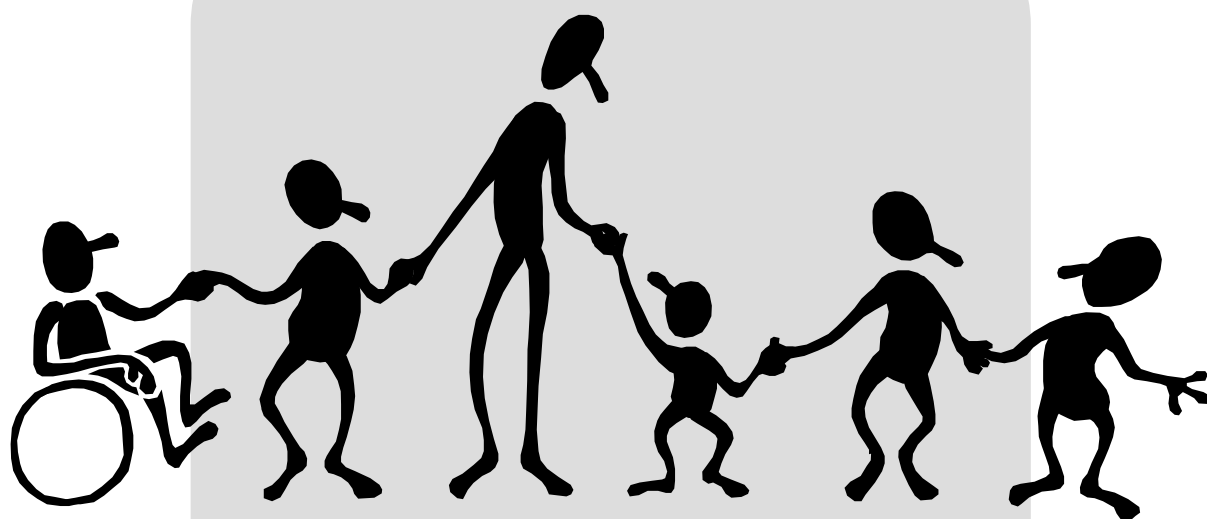
מעלים את הרעיונות, רואים אם הם יכולים לקדם אותנו ובמה, ובוחרים כקבוצה (ניתן גם כפרטים, או כתת קבוצות...) את הרעיון שאותו אנו לוקחים על עצמנו.

קדימה!



איש

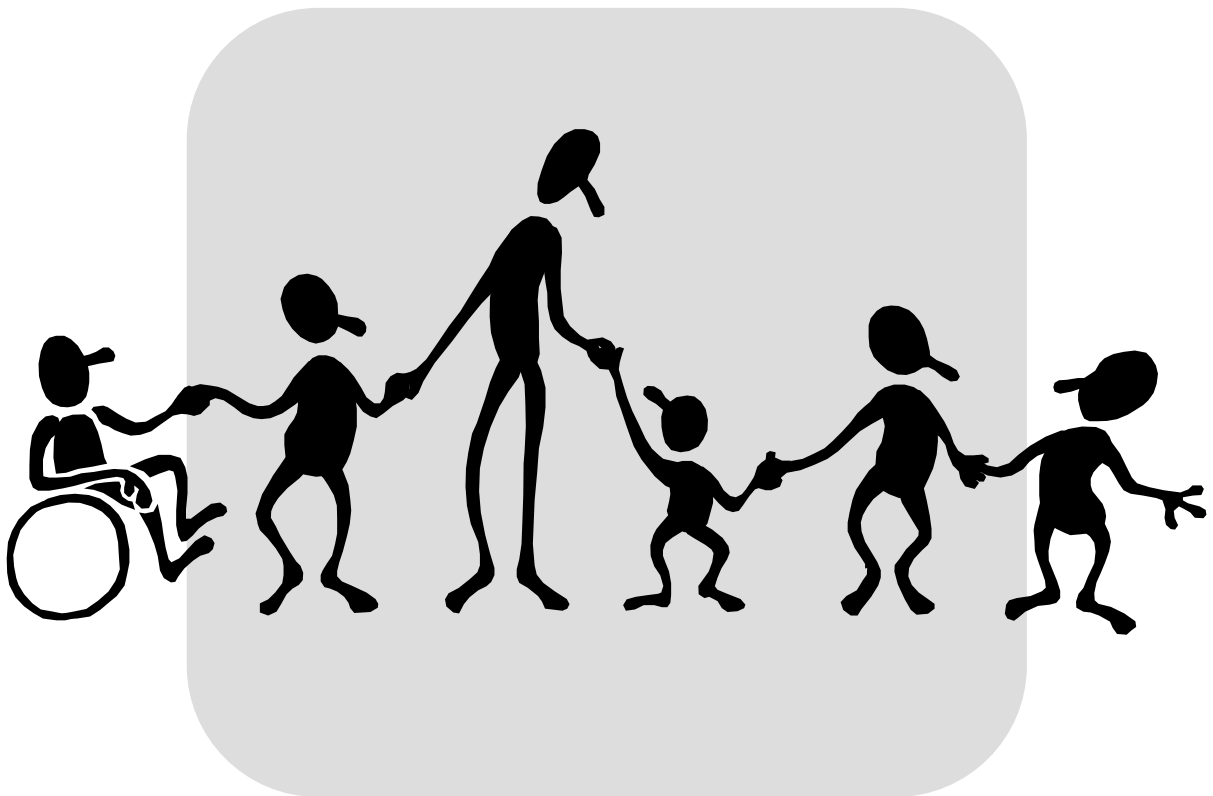
לעזר שני « אני ביחס לחברה



איש

עצמאונג צו מהרג א מערן רביעי

- ער היבאלג אשמוי ער עצמאונג זיחס לחברה הכלליג -





1 < אין לא יכול - יש לא רוצה!

מטרת הפעולה <

החניכים יבנו יכולת התמודדות בחיים ותיקון אישיותם מתוך בחירה חופשית.

מבנה הפעולה <

1. הכרה בכך שכשיש רצון חזק אפשר לתקן את כל הדברים שהורגלנו אליהם ולהתמודד מול כל המקרים שבאים עלינו
2. הקניית דרכים לחיזוק הרצון אצל החניכים

מהלך הפעולה <

1. הכרה בכך שכשיש רצון חזק אפשר לתקן את כל הדברים שהורגלנו אליהם ולהתמודד מול כל המקרים שבאים עלינו.

לפני הפעולה תולים בחדר שלושה סיפורים (נספח 1). אחרי שהחדר מוכן, מתחילים עם כמה משחקים בקבוצה:

- בוחרים שני חניכים. נותנים לאחד מהם מטאטא ויעה ואומרים לו לטאטא את האזור שבו מתקיימת הפעולה. לחניך השני אומרים להפריע לחניך הראשון לבצע את משימתו. כש"חניך המטאטא" מתיימש, מושיבים את שני החניכים, מתיישיבים כולם במעגל ומשחקים '8 בום': החניך הראשון מתחיל לספור: 'אחד', והבא לימינו אומר: 'שתיים' וכן הלאה, והחניך שצריך לומר 'שמונה' אומר במקום זה 'בום'. כך בכל הכפולות של 8 (16, 24...) ובכל מספר שיש בו את הספרה 8 (28, 85...).
- כעת, מבקשים מכל חניך לעבור בין הכתבות ולמצוא למי מהמסופרים הוא הכי מתחבר - למי מהם היו רצונות הדומים לשלו, מי הצליח לממש את רצונותיו בזכות רצונו העז וכן על זה הדרך. לחילופין, ניתן לבקש מהחניכים לעבור בין הסיפורים ולמצוא כמה שיותר מהר שתי תכונות משותפות לשלוש הדמויות. תנו לחניכים להגדיר בעצמם את המשותף בין הסיפורים. אם לקבוצה יש "פתיל קצר" אפשר לקצר את הסיפורים. עיקר העניין הוא שכל חניך ייפגש עם שלוש הדמויות.



אחרי שמסכמים מה הן הנקודות המשמעותיות שראינו בסיפור, מדברים על המשחקים ששיחקו קודם עם הקבוצה. במשחק הראשון, החניך הפסיק לבצע את משימתו בגלל שהפריעו לו. שואלים את הקבוצה, האם אנו חווים בחיים קשיים שלא תמיד הולכים כפי מה שתכננו? לדוגמה, בחיים באים עלינו הרבה דברים שלא ציפינו להם ומקשים עלינו לעשות את מה שאנחנו צריכים. זה יכול להיות אח קטן שמפריע לך ללמוד למבחן, או שנפצעת ברגל ולא תוכל להשתתף באליפות שהתאמנת לקראתה במשך שנים, או במקרה קיצוני - אבך ירד מנכסיו ועליך לוותר על כל חלומותיך ולפרנס את אמך ואחך. במשחק השני, הרבה מאלו שנפסלו היה זה בגלל שאמרו את המספר הבא מתוך הרגל וחוסר שימת לב. גם בחיינו קשה לנו לשנות הרגלים. בין אם זה לחזור בתשובה על חטא מסוים שהתרגלת לעשותו, ובין אם זה לקום ולעזוב את בית הספר שבו אתה לומד כי זה לא מתאים לך, למשל. בשני המצבים האלו, הדבר הכי קל הוא להמשיך כהרגלי, להתייחס מלהצליח, לצעוק על כל העולם, במקרה יותר גרוע גם על הקב"ה, ולתלות את כל מה שעובר עליך בכל דבר חוץ ממך. לעומת זאת, בסיפורים שקראנו פגשנו סוג אחר של אנשים, כאלה שלא מתייחסים מכל מה שקורה איתם אלא מתמלאים גבורה גדולה ועושים את מה שהם צריכים ורוצים לעשות. היה זה הרב שלמה זלמן שהמשיך ללמוד למרות כל הייסורים והמחלות שהיו לו, יצחק רוזנסקי שמסר את נפשו כדי לקיים מצוות גם בעת השואה, ואלי ברמן שלמרות מגבלותיו הגופניות עושה דברים שרובנו לא מסוגלים לעשות. ננסה להבין מה שונה בינינו לבין אותם אנשים? כל זה נובע מכוח רצון חזק שהיה לאותם אנשים. כי כשיש רצון - יש יכולת!

כדאי לקיים דיון על הנושא. בדיון חשוב להעלות את השאלות הבאות:

- ◀ איך היה לאותם אנשים כוח להצליח?
- ◀ מה יעזור לנו לשנות דברים לא טובים שהתרגלנו לעשות?
- ◀ מה יגרום לנו לחזק את רצוננו?

2. הקניית דרכים לחיזוק הרצון אצל החניכים.

בכדי לענות על שאלות אלו מתחילים במשחק קצר כדי לחשוב על כמה נקודות שיעלו בהמשך. אחת מהן היא המשחק הבא:

- מחלקים לחניכים משימה: כותבים בפתקים את שלושת קטעי הלימוד שבנספח 2 עם ההסבר שלהם. כל קטע כותבים מספר פעמים השווה ל-1/3 ממספר החניכים (למשל, אם יש 18 חניכים, כותבים 6 פתקים מכל קטע). מניחים את כל הפתקים בקערה ומבקשים מכל חניך לקחת פתק. לפי זה מתחלקים החניכים לשלוש קבוצות. כל קבוצה צריכה לקרוא את קטע הלימוד ולהציג דוגמה ממנו לשאר החניכים. למשל, בקטע הראשון - אחד החניכים יושב ולומד



או קורא ספר וכל החניכים משגעים אותו ומפריעים לו, והוא בשלו - לא מפסיק ללמוד. הוא הציב לעצמו מטרה ושום דבר לא עוצר אותו.

מסכמים. ראינו בקטעים שכדי לחזק את רצוננו כדי שנוכל לעמוד מול כל האתגרים ולשנות את כל הדברים הרעים שהורגלנו אליהם, עלינו לדעת את מטרתנו, להבינה ולהאמין בה, ולבטוח בה שכל מה שקורה איתנו זה הדבר הכי טוב שיכול לקרות לנו. למשל, אם אתה מאמין בכך שאתה צריך להתפלל בכל בוקר, ערב וצהרים ומבין מה טוב בתפילה, אתה תקום כל בוקר כמו אריה ולא יהיה לך קשה בכלל. וכך לגבי כל המצוות. או אם חס ושלום נפלה עליך מחלה קשה, קודם כול תאמין שהקב"ה הביא עליך את הדבר הזה ולכן זה הדבר הטוב ביותר בשבילך. כך לא תתייאש מראש, ואז תציב לך מטרה ברורה לעמוד מול כל קשיי המחלה, ולהתכונן לכל ההתמודדויות הצפויות. אפשר וכדאי להוסיף עוד דוגמאות מהמקום שבו החניכים נמצאים, ובמה שנוגע אליהם יותר.



נספח 1:

(1) מסופר על ר' שלמה-זלמן אוירבך, שכשלושים שנה לפני פטירתו עבר ניתוח קשה בראשו, וחיוו היו בסכנה. הוסיף וסיפר הרב עדס על אותה תקופה:

"לפני שלושים ושתיים שנה, היו לו כאבים נוראים בפניו; משהו איום. נכנסתי לביתו, והוא היה שקוע בלימוד גמרא! עמדתי והמתנתי, עד שהוא הרים ראשו אלי ואמר: "אם ייקחו עשרה סכינים ויחתכו את פני - עדיין לא תיארתי בזה את עוצמת הכאב שיש לי. אנשים שואלים איך החלטתי לעשות ניתוח כל כך מסוכן - שאני אצא מדעתי מרוב כאב, זה לא מסוכן?!". גמר לומר זאת, וחזר לדבר בסוגיה. תלמידים שלמדו אצלו באותה תקופה ב"קול תורה", סיפרו כיצד היה קופץ כנשוך-נחש באמצע השיעור, מחזיק את לחיו עד שיחלף הכאב - וחוזר מיד ללמד.

ראיתי אצלו שעות קשות של משברי חיים, של ייסורי גוף ונפש, והוא - לא הסיח דעתו מן הלימוד". לעתים, כשרצה לדרבן את תלמידיו ללימוד, היה אומר: "בצעירותי, היו לי היתרים גמורים שלא להמשיך ללמוד". ואכן, בנערותו למד מתוך רעב וחולשת גוף, וכשבגר מעט ולא יכול היה לשאת את העוני בביתו, היה מתרוצץ בהפסקות שבין "סדרי" הלימוד, להשיג הלוואות עבור המשפחה. אמר על כך אחיו, הרא"ד אוירבך: "ולמרות הכל, הוא החליט להמשיך ללמוד! לא להרפות! וכך זכה להיות מושיען של ישראל".

(2) בתקופת השואה, הדבר הכי קל היה פשוט להתאבד. ומי שבכל זאת החליט לנסות לשרוד, השמירה על תורה ומצוות הייתה בשבילו מחוץ לתחום. אך בשביל יצחק רוזנסקי ז"ל, משרידי השואה, הייתה שמירת התורה והמצוות חלק בלתי נפרד מההישרדות.

הוא סיפר שמספר ימים קודם יום כיפור רצה לדעת באיזה יום בדיוק יוצא יום כיפור כדי שיידע מתי לצום. בגטו שבו היה, איש לא ידע את התאריך ועל כן החליט לצאת ולבדוק בגטו הסמוך. לשם כך היה צריך לשחד את הקצין הנאצי בפתח הגטו בכמה אגסים שהבטיח להביא לו מבחוץ. כך שכנע את אותו קצין והחל ללכת לכיוון הגטו הסמוך, בידיעה שאם תופס אותו עוד חייל גרמני הוא יכול לחסלו בן רגע. כשהגיע לחומות הגטו, החל לצעוק: "מתי יום קודש? מתי יום קודש?" עד שנזרקה אליו אבן מבעד לחומות ועליה כתוב "מחר יום קודש". הלך לקטוף את האגסים שהבטיח לקצין, חזר במהרה לגטו שממנו יצא, ובזכותו קיימו כולם את מצוות יום העשירי בתשרי - צום ותפילה.

עוד סיפר, שבאחת ממחנות העבודה שהיה בהם, לא היו להם תפילין ולא יכלו לקיים את המצווה הקדושה. זה לא מצא חן בעיניו והחליט להבריח תפילין לתוך המחנה. בדרכים לא דרכים הצליח להבריח שבעה זוגות תפילין ולזכות את כל חבריו במצווה. כשהלך לשאול את הרב שהיה איתו במחנה למה הוא לא הלך והביא תפילין, שהרי הוא רב, ענה לו: "לא הייתי מסוגל, פחדתי שיתפסו אותי..."

(3) אלי ברמן נולד בשנת 1947 לזוג הורים, אח (היום בקיבוץ) ואחות (היום במושב נחלים). העובדה שהוא נולד ללא יד וללא רגל לא מנעה ממנו לגדול כאחד מילדי הקיבוץ, כמו שהיא לא מנעה ממנו ללמוד מקצוע, לשאת אישה, להוליד ילדים ולנוע עד קצה הארץ במתן הרצאות בנושא הורים וילדים. הנכות שלו היא כל כך בלתי מורגשת עד שכמעט מוזר לכתוב עליה, אם כי הוא עצמו מכניס את חוויות הילדות שלו אל הייעוץ שהוא מעניק.





כמי שילדותם עברה עליהם בקיבוץ של שנות ה-50, גם חבריו של ברמן נזרקו לבריכת ההשקיה בגיל צעיר, כדי שילמדו לשחות, וכן - גם ברמן עצמו נזרק לשם. בלי מצופים. והוא שחה. "זו בעצם מטאפורה לכך שזרקו אותי לים החיים". ברמן גדל ולא פספס אף טיול או נסיעה בטרקטור. איך נוהגים בטרקטור עם הילוכים ביד אחת וברגל אחת? תשאלו את ברמן, שהיום תוך כדי נהיגה ברכבו שולף את הסלולרי ובודק מי התקשר.

בילדותו, ברמן לא היה מודע לקיומו של ספורט הנכים. "בכלל, בתודעה שלי לא הייתי נכה, למרות שאני מאה אחוז נכה מבחינת ביטוח לאומי". בשנת '68 הגיעה לארץ אולימפיאדת הנכים. התגובה המיידית של ברמן, שחיין מושבע, הייתה: 'זה לא בשבילי, זה בשביל נכים'. הייתי צריך לעבור מחסום מסוים, גם את זה של המאצ' והאגו, ולבסוף הצטרפתי לנבחרת. נתתי את הנשמה, וזכיתי במדליות בארץ ובחוץ לארץ.

"בשלב מסוים אמרתי: 'מה אני צריך את כל הסיפור הזה?' ואז עברתי לשחייה שבה אני צריך להתחרות נגד עצמי, אני צריך להוכיח לעצמי, ואני משתמש בזה הרבה מאוד בייעוץ. הילד בא ומשווה עם הילדים האחרים את הציונים בבחינה; אני מדגיש את העניין שילד צריך להתחרות מול עצמו. הערך שלי נקבע רק על ידי עצמי. אני אומר להם: 'הייתי בהמון תחרויות, ופרשתי לא בגלל שהייתי גרוע או זקן. פשוט החלטתי שאני מתחרה נגד עצמי ואני רוצה לדעת לאן אני אגיע, בלי שום קשר לאף אחד". ברמן אינו חוסך מעצמו אתגרים. לפני כמה שנים הוא החליט שהוא צולח את הכינרת, ועשה זאת. הצליחה ארכה ארבע שעות וחצי של שחייה ללא הפסקה, אבל הוא עשה את זה.

נספח 2

"...כי ידיעת האמת מחזקת הנשמה ומרחקת ממנה היצר ודאי, ואין דבר מחליש הנשמה לפני היצר כחסרון הידיעה, ואם הייתה הידיעה רחבה ועומדת על לב בני האדם לא היו חוטאים לעולם, אך לא היה אפילו היצר קרוב אליהם ושולט עליהם, כמו שאינו שולט במלאכים" (דרך עץ חיים, לרמח"ל) (הסבר: כשאדם יודע ומבין למה עליו לקיים תורה ומצוות - הוא יעשה זאת בלי היסוס ושום דבר לא יפריע לו. כן הוא בכל מטרות שאדם מציב לעצמו - אם מבין אותה ומאמין בה - שום דבר לא יעצור אותו מלבצע אותה, ותמיד יהיה לו כוח ורצון להצליח).

"כלל הדבר, יהיה האדם מעיין על מעשיו כולם ומפקח על כל דרכיו שלא להניח לעצמו הרגל רע ומידה רעה כל שכן עברה ופשע. והנני רואה צורך לאדם שיהיה מדקדק ושוקל דרכיו דבר יום ביומו כסוחרים הגדולים אשר יפלוסו תמיד כל עסקיהם למען לא יתקלקלו, ויקבע עתים ושעות לזה שלא יהיה משקלו עראי, אלא בקביעות גדול, כי רב התולדה הוא... אמנם, אחר שכבר פקח עיניו לראות מעשיו ולהיזהר בהם וחישוב חשבון המצוות והעברות, כאשר זכרנו, נקל הוא לו שיסור מן הרע וישתוקק אל הטוב ויזדרז בו". (הסבר: כדי לשנות הרגלים צריך להיות עם הראש על הכתפיים וקודם כל להבחין בהרגל ולבדוק אם הוא טוב או רע, ואם מבין באמת כמה הוא רע - בקלות יצליח לשנות את ההרגל הרע ולהתחיל לעסוק בדברים טובים).



וכניהם איש אל אחיו



"המחשבה שהאושר תלוי במה שהוא חוץ ליכולתו של האדם, ממה שהוא חוץ להווייתו, וחוץ לרצונו, מחשבת פיגול הוא, רשעות וסכלות היא מרופדת. והיא מעוררת את כל התכונות השפלות וכל המידות הרעות שביסוד הרשעה, שכחת ה' וטובו, אורו וישעו, חכמתו חסדו וגבורתו. על כן ישרי לב שמחים תמיד, שמחו בה' וגילו צדיקים והרנינו כל ישרי לב".

(הסבר: כשבאים על האדם דברים שקשה לו להתמודד איתם הוא מתייאש ואומר שהוא לא מסוגל להתמודד עם המצב, ואומר שה' רע ועשה לו ככה וכדומה. עליו להבין שהקב"ה הוא טוב וכל מה שעושה לאדם זה הכי טוב שיכול להיות וכבר אז הוא מתמלא שמחה, אחר כך גם יצליח להתמודד עם הקשיים).

לסיכום המקורות:

1. על האדם להבין למה ואז יעשה זאת.
2. מתוך הבנה אדם יכול להשתנות.
3. צריך להבין שהקב"ה טוב.





2 < כל אחד עושה מה שהוא רוצה!

מטרת הפעולה <

החניכים ילמדו איך להתחבר לסובבים אותם מתוך חירות ועצמאות.

מבנה הפעולה <

1. הכרה בבעייתיות שיכולה להיווצר בחיי חברה לעומת חיי פרט
2. לימוד והבנה מהי החברה האידיאלית שבה כל אחד עצמאי ופועל מתוך פנימיותו

מהלך הפעולה <

1. הכרה בבעייתיות שיכולה להיווצר בחיי חברה לעומת חיי פרט

אחרי שלמדנו איך להיות עצמאיים ביחס לעצמנו, עלינו ללמוד כיצד להישאר עצמאיים כשאנו נמצאים בחברת אנשים. לשם כך, מקריאים סיפור (נספח 1).

ניתן ללמוד דרך הסיפור שבגלל הימצאותנו בתוך חברת אנשים, יכול להיווצר מצב שבו כל מעשינו ופעולותינו לא נעשים מתוך אידיאל ואמונה באמיתיות ובצדק שלהם אלא רק בגלל שאנשים מבחוץ משבחים את הדבר, ואז בעצם אנחנו גם עושים הכול רק בשביל שיגידו לנו כל הכבוד (על הבעייתיות שבזה נלמד בהמשך). חשוב להדגיש, בסיפור הזה אנו לא מדברים על הבחירה הסופית של אודי (הקיצוניות שבה בחר), אלא אנו מדברים על עצם ההתמודדות של אודי במהלך חייו.

- שואלים את החניכים את השאלות הבאות:

◀ מהי התופעה שאודי מתאר?

◀ האם התופעה הזו באמת קיימת?

◀ איפה עוד אפשר למצוא תופעות דומות, אולי פחות קיצוניות?

בשלב הבא, מבקשים מהחניכים לחשוב קצת על עצמם ואיך הם מתנהגים, ולמלא "מבחן עצמי".

- מחלקים לכל חניך דף (נספח 2) שבו כתובים מגוון מעשים שהחניכים עושים בחיים. עליהם לבדוק מה הם עושים כי הם באמת מאמינים שזה טוב ונכון, ומה הם עושים כי אחרי זה יגידו להם כל הכבוד, ולרשום בדף. המטרה היא שכל חניך יהיה מודע לזה בעצמו, ולא צריך להקריא את הפתקים - החניך ישמור את הפתק לעצמו (אם הפעולה נעשית בשבת, אפשר לחלק לכל חניך עוד כמה פתקים קטנים בשני צבעים, למשל: צהוב - עושה כי מאמין ורוצה, ירוק - עושה כי נחמד שישבחו אותי).

ייתכן שלקבוצה יהיה קשה לענות על הדף משום שהשאלות מאוד ישירות, אם אתם חשים כך ביחס לקבוצה אפשר לספר סיפור בהשתתפות החניכים: יוסי הולך לבית ספר ו...? נניח שהחניכים אומרים -



לומד תורה, ואז מי שחושב שהוא לומד תורה כי נחמד שישבחו אותו על זה מרים פתק צהוב או עובר לצד מסוים של החדר, ומי שחושב שיוסי לומד תורה כי הוא מאמין ורוצה בזה שיקפוץ כמו צפרדע או ייקח טופי. כך מפתחים סיפור על ילד עם נתונים ממש כמו של החניכים, אבל שהחניכים יצליחו לדבר עליו ולהעביר עליו ביקורת - מה שכמעט בלתי אפשרי לצפות מחניך בכיתה ו' שיעשה על עצמו.

- במקרה ובחרת באפשרות השניה של הסיפור הקבוצתי, כדאי לבצע "מבחן עצמי" לחניכים- הרצוי מול המצוי. נעמיד את החניכים בשורה, ונחלק להם 2 פתקים בצבעים שונים. נקריא את הקטגוריות (נספח 2). על כל סעיף, חניך שחושב שצריך לעשות את זה כי זה חשוב וכי הוא מאמין בזה שיתקדם צעד אחד. חניך שחושב שצריך לבצע זאת בגלל שזה נחמד שישבחו אותו, נשאר במקום. לאחר שנגמור להקריא, נבקש מהחניכים להניח את אחד הפתקים במקום אליו הגיעו, ולחזור לנקודת ההתחלה.

נחזור על רשימת הקטגוריות, והפעם החניכים יצטרכו להתקדם בהתאם למעשיהם בפועל, ולהניח את הפתק השני במקום החדש אליו הגיעו, וכך כל חניך רואה את המצב שלו ומודע אליו. אחרי שראינו שבכל אחד מאיתנו יש קצת מהתופעה שהצגנו, ניגש להבין יותר לעומק את הבעייתיות שבזה וכך נצליח למצוא פיתרון ודרך להתגבר על התופעה.

- נוציא כדור ונבקש מהחניכים שכל אחד יזרוק ויתפוס את הכדור לפי הסבב. נזרוק את הכדור, נמחא כף ונתפוס, ואז כל החניכים יראו את היכולת שלהם למחוא כפיים עד שהכדור מגיע למרות שאלו לא היו ההוראות, אלא סתם כי כולם עושים ככה.
- בהמשך לאותו עיקרון מבקשים מכל אחד לעשות קול של משהו. המדריך יתחיל בקול של חיה, ופתאום כולם עושים רק קולות של חיות.
- מתודה נוספת שניתן לעשות בה שימוש - בזמן הדיון עצמו. נבקש מראש מאחד החניכים להביע דעות הפוכות מחברי הקבוצה. ובזמן הדיון נחזק אותו, ונבקש מחניך שיחזק אותו. לאחר הדיון נשאל את החניך:

☒ *איך הרגשת?

☒ *מה התחושה של לומר משהו שאתה לא מאמין בו, רק מפני שכך החברה

אומרת?

☒ *האם ישנם מקרים נוספים שאנחנו אומרים דבר מה, רק משום שכך הסביבה

חושבת?

- לאחר מכן, נקריא את המאמר מ'לאמונת עיתנו' (נספח 3) אם הקבוצה לא ברמה של להקשיב, אפשר לבקש מהחניכים שבכל פעם שהם מזהים בעיה או שהמדריך מקריא בעיה הם צריכים לצעוק - "ופניו איש אל אחיו" ולהסביר את דברי הרב. במידה והחלטת שלא להקריא, אלא לעשות הצגת אילתור - נספר את הסיטואציה (נספח 4) ותוך כדי נכניס חניכים לדמות. על החניכים להחליט לאן ההצגה תמשיך, וכיצד תסתיים.





- לקבוצות שלא מקריאות את הקטע חשוב לעשות עם הקבוצה "הצגת אילתור" שבה הבעיות יעלו. לדוגמה: יוסי - אתה חייל שכל הזמן מסתובב עם מדים, סמלים ודרגות כדי שכולם יגידו לך כל הכבוד. עכשיו יש מלחמה. אבי - אתה יורה על החיילים של יוסי. דוד, אתה עוד שנייה חוטף כדור. יוסי, מה אתה עושה? וכו'. זאת כדי לתת לחניכים לעלות על הבעיות, ובסוף כל סצנה שמים על הרצפה שלט עם הבעיה. לדוגמה, במקרה הזה - אין אידיאלים.
- מסכמים. ראינו במאמר שלוש בעיות שמזהה הרב טאו (כותב המאמר):

1. אם עושים כל דבר כדי לקבל הערכה - אין אידיאלים! למשל, אם אני הולך לצבא כדי לקבל סמלים ודרגות, אני בחיים לא אמסור את הנפש במלחמה כי זה בכלל לא מעניין אותי, העיקר בשבילי השיגידו לי 'כל הכבוד'. ואז הצבא הוא חלש כי באמת אין סיבה להילחם.
2. אין קשר חי בין האנשים - אני באמת לא צריך את החבר שלי בכלל, אני רק משתמש בו כדי שיהיה מישהו שיגיד לי שאני מצוין כדי שאני ארגיש טוב עם עצמי.
3. האדם לא עצמאי - לא מפתח את תכונותיו המיוחדות לו, והוא משועבד למה שהחברה אומרת. הוא לא יעשה מה שנראה לו נכון אלא מה שהחברה מעריכה.

2. לימוד והבנה של 'מהי החברה האידיאלית' שבה כל אחד עצמאי ופועל מתוך פנימיותו.

אם כן, לאחר שהבנו מה הבעייתיות שבקביעת ערך האדם על פי מה שהחברה אומרת עליו, ניגש למצוא פיתרון לתופעה הזו - שנוכל לתקנה, כל אחד בעצמו ולאחר מכן גם בעם ישראל.

- לשם כך, חשוב לעורר דיון:
 - ◀ אם היית אודי, האם היית מאמץ את הפתרון שלו או בוחר פתרון אחר?
 - ◀ האם חייבים להתנתק מהחברה כדי להיות עצמאיים?
 - ◀ האם יש סכנה בהתבודדות של אודי?
- אפשר להעמיק את השאלה על ידי הלימוד הבא (נספח 4), או לשחק משחק שדורש את כל הקבוצה, עם הכוח הייחודי שבכל אחד. זה יכול להיות מסובך בשלב הזה (אם הפעולה התארכה ולחניכים כבר אין ראש), במצב כזה כדאי כהכנה לפעולה, לערוך משחק שבוע לפני כן - להתקשר או להודיע מראש לכל החניכים ולהסביר להם שאנו משחקים משחק משימות. המשימות הן שאסור לדבר זה עם זה, ולכל אחד מותר לעשות משימה אחת בכל פעם. כל פעם מקבלים משימה וכשמצליחים אותה מקבלים את המשימה הבאה. המשימות יפנו לכל מיני כוחות שיש באנשים, כך שהחניכים ירגישו שחייבים את כל הקבוצה.
- אפשרות נוספת היא משחק שכל אחד מקבל חפץ שנדרש בשביל המשימות, ושוב - חייבים את כולם. כך גם אנחנו מקבלים כלים וכוחות מהקב"ה וכל אחד צריך לתת את הכלי שלו לחברה.



- בשלב זה מעמיקים עם החניכים את ההבנה שלא צריך להתנתק מהחברה כדי להיות עצמאיים! אם האדם יהיה כזה שתמיד מחפש איך להיות יותר טוב ואיפה הוא צריך להשתפר, אז לא יהיה אכפת לו מה החברה חושבת או אומרת עליו. הוא יהיה מלא אידיאלים ושאיפות לתקן את עצמו ואת עם ישראל, ולא משנה מה כולם חושבים - הוא יעשה את מה שהוא רוצה וחושב שנכון לעשות!

האדם יהיה עצמאי כשהיה לו שאיפות ורצונות לתיקון הכולל ואם אלו הרצונות שלו, אז הוא ירצה להיות חלק מהחברה, כי הוא יודע ששם הוא ימצא את תיקונו - הוא יודע שלא כל הדברים הטובים נמצאים אצלו, אלא הכול מפוזר בין חבריו, וכדי למלא את השאיפות שלו הוא צריך ללמוד מהחברים שלו - מהמידות שלהם, מהחשיבה השונה שיש לכל אחד, ומכל הדברים הטובים שנמצאים בו.

- לסיכום מספרים סיפור על "עזריאל - הילד האידיאלי", בו כל פעם החניכים הם שבוחרים את ההמשך. אם הוא בוחר לצחוק על חבר שלו כי כולם עשו ככה /אם לא/ אם הוא לא יבוא לסניף כי מדברים שם בתפילה לעבור לכרטיסיה /אם הוא יבוא ויהיה בשקט למרות שכולם מדברים וכו'.
- כמו כן אפשר לקרוא את נספח 5, או לחילופין אפשר ללמוד עם החניכים את שמואל ב' פרק ו', שדוד מפזז בעוז לפני ה' ומיכל צוחקת לו. לא אכפת לו מה כולם אומרים והוא ילך לפעמים נגד מה שכולם אומרים כי הוא רוצה לעשות את מה שהוא מאמין בו, ושום דבר לא יעצור אותו!





ישלום שג'י אודי.

רציתי לספר לכם על ג'ה שעבר עליי בעשר השנים האחרונות.

היום אני גר בנגב. יש לי אישה וארבעה ילדים, בית קטן בלי הרבה קישוטים וכלי כל גיני חפצים שמוציאים את העיניים. בצד ביתי חונה הרכב שלי, שלא החלפתי אותו כבר שמונה שנים לצרות שהוא לא נראה אשה. אני פשוט אוהב אותו כי הוא לוקח אותי כל יום לעבודה בראשון לציון, שם אהבים לי

העובדים בפעל הגלידה שהקצתי - הוא לא כל כך אפורסם אבל אני ארויח אצנו טוב ב'ה. ילדי הבכור בן השמונה לוגד בבית ספר דתי בצפון רגון - אני לוקח אותו כל בוקר בדרך לעבודה, זה באחרון עשרים דקות מהבית בערך. גם בית הספר לא כל כך אוכר, אבל לוגדים שם אקצועות קודש וחול, אני רואה איך בני מתפתח שם בצורה טובה - אהלא טוב, יושר וידע בהגון תחומים, ואני ארוצה.

בשאר הילדים אשתי אטפלת - היא אשחקת איתם בחצר ליד הבית ונושה איתם יצירות יפות. חברים עוד אין להם כי השכנים הכי קרובים אלינו גרים באחרון כרבע שנה אביתנו. אבל לא נורא - הם יגדלו ויגיעו לגיל בית ספר ושם יפגשו חברים.

אני אספר לכם את כל זה כדי שתבינו טוב את העיניי שעשיתי בעקבות ג'ה שעברתי עד שהגעתי לאצב שבו אני נמצא היום.

נולדתי לחג הורים ברחוב בן-גוריון בתל אביב. לא היו לי אחים ואחיות כי הורי רצו שיהיה להם בן אחד 'אושלם'. אצל החברים שלי האצב לא היה כל כך שונה - היה להם עוד אח או שניים, לא יותר. אצו שהייתי קטן ההורים שלי אצרו לי שאני אהיה שופט כשאני אהיה גדול, כי שופטים הם הכי נחשבים, וגם אצרו ששופט לא צריך שיהיו לו יותר אשני ילדים כי יש לו הרבה עבודה.

בגיל תיכון נשלחתי לבית ספר בחיפה, אחרון נסיעה של שנה ורבע אהבית, כי שם לוגדים כל יום עד 22:00 בלילה, ובסוף כיתה י"ב כבר יוצאים עם תואר ראשון ויותר קל להאשך באוניברסיטה. הייתי אקבל ציונים טובים, ושעתי לב שיש כאה חברה בכיתה שלא אוהבים אותי בגלל זה.

תמיד כשהייתי הולך לאירועים איוחדים עם הורי, היה זה באולמות הכי אפוארים ויקרתיים, הם ידעו איך לבחור חברים... הייתי הולך איתם בין האנשים והם היו אספרים לכולם איפה אני לוגד ואה אני נושה וכאה שאני אצטיין וכו'. לפעמים כבר לא היה לי כוח לחייך לכל האנשים, אז אחר כך ההורים שלי היו לוקחים אותי הצידה ואטיפים לי על כך שאני צריך להיות אנוגס - בזה אסתכם פחות או יותר הקשר שלי עם ההורים - 'יתלכש יפה', 'יתנהג יפה', 'אל תאכזב אותנו' ויתגיד שכיף לך'...

ופתאום אני מוצא את עצמי בגיל 18 כשעשיתי הרבה בחיים, אבל הרגשתי שלא עשיתי כלום. לצדתי הרבה - גם אקצועות חול וגם קודש, הכרתי קצת חברים, הדרכתי בתנועת נוער, אבל אף פעם לא חשבתי אם ג'ה שאני נושה זה טוב או רע, ואם אני בכלל רוצה לעשות את זה - הרגשתי כבול, ריק וחסר אישיות.

באותו יום החלטתי שאני עוזב הכול - קודם כול להתנתק מהחברה - זו שהשפיעה עליי וגרמה לי להיות אדם שרק אהפש שיעידו לו כל הכבוד. ואחרי שאברח רחוק, לאקום שאיש לא יוכל לוגר לי שום דבר, אז אולי אתחיל לעשות ג'ה שאני באמת רוצה ואה שאני אאמין שטוב ונכון לעשות. ואאותו יום, אני חי לבדי, עם אשפחתי היקרה, אי שם בנגב הרחוק, אעמ בחיי, אלא תוכן ואלא אהבה אציתית לאשתי וילדיי'.



בדיקה עצמית - למה אני עושה מה שאני עושה

כי נחמד שישבחו אותי על זה	כי אני מאמין בזה	
		לומד תורה
		הולך להתנדבות בסניף
		מגיע לפעילות בסניף
		לומד מקצוע
		עושה הופעה בשבת ארגון
		לא מדבר בתפילה
		משחק כדורסל באליפות
		עוזר לאמא בבית
		רוצה להיות מדריך
		עושה כושר
		שר בפזמונסניף
		הולך עם כחול לבן
		משתתף בחוג





"רעה חולה זו, מציירת לאדם את חשיבות בניית תדמיתו העצמית. בשקיעה גאוותנית נראה אובדת מלבו חשיבותה של כל מעלה אמיתית. הוא אינו עמל להיות חכם, צדיק ועובד ד', אלא שם כל מעייניו בשכנוע עצמו ובשכנוע מכריו שהוא אכן בעל מעלה, כשרון וחשיבות. במשך שנים משקיע הוא את כל כוחותיו ומשאביו בבניית תדמיתו. המחשבה כמה מוצלח וחשוב הוא מענגת אותו מאוד, מפני שהיא מוינה בהרחבה רבה את אהבתו העצמית המופרזת. אין ערך חשוב ויקר בעיניו באמת אלא הערכת הסביבה, המבטים המעריצים והכבוד שהוא נוחל מכל עבר. אחר טיפוח עצמו – הדמיוני והשקרי – רודף הוא ללא הרף, ללא לאות. בלשון חילונית מודרנית נקראת מחלה זו – 'עשיית קריירה' או 'הגשמה עצמית'. אנשים רבים משקיעים את מיטב מאמציהם ברוב שנות חייהם עבור נשיאת החן בעיני הבריות. רצים הם אחר תעודות ותארים המעניקים כבוד ומשדרים רושם של חשיבות וגדולה; מחפשים הם את מקומות הלימוד היותר יוקרתיים ונחשבים – בין אם בעולם התורה והישיבות ובין אם בעולם החול והאקדמיה; חפצים לעלות בסולם הפיקוד הצבאי כדי לקצור שבח ותהילה; בונים למשפחתם בית מידות ומכלים הון עתק בצידו ובשכלולו; מחפשים בכל דבר ודבר את היוקרתיות, העושה רושם ומנקרת עיניים, מעוררת התפעלות וקוצרת תהילה.

...אף החברה מהווה אז עבורם חומר גלם לטיפוח פולחן אישיותם, אמצעי לסיפוק הנאותיהם הפרטיות, האנוכיות ומלאות הגאווה. אין בעיניהם ערך אמיתי לחיי רעות וחברה ואינם חפצים בהם אלא כדי לקבל הערכה רחבה לאישיותם והערצה למעשיהם וכישרונותיהם. חברה כזאת היא מפורדת ומפורדת, ללא כל חיבור אמיתי פנימי בין יחידיה. להיפך, כל יחיד בחברה הרי הוא כאויב וכמכשול ליולתו, מפני שאף הוא מושך מבטים והערצה וגורע בזה את חלקו של האחר. החיים החברתיים נראים, אמנם, כלפי חוץ, כמפותחים מאוד. הכול יושבים, משוחחים ומלהגים, צוחקים ונהנים, אך באמת, בפנים פושים הריקבון והשחיתות. אין קשר חי של אהבה וכבוד בין היחידים, אין יסוד אידיאלי המקשר בין הבריות, מפני שאין הם זקוקים לחברת זולתם אלא לסיפוק הנאותיהם הגסות של בניין תדמיתם העצמית, וממילא אין קיום אמיתי לחברה זו.

...במקום שהאדם ימשול בעצמו, בתכונותיו וכוחותיו, הוא משועבד לסביבה החיצונית הקובעת לו את דרכיו. אובד הוא את ערכו האמיתי ונדיה עבד נרצע לזולתו... עבד הוא לכולם, לכל המבטים וההערכות, לכל הדיבורים והכתובות."

(הרב צבי ישראל טאו, לאמונת עתנו חלק ז')

"לא כן היא החברה האידיאלית. 'איזוהי דרך ישרה שידבק בה האדם?... רבי יהושע אומר חבר טוב' – 'שמוכיחו כשרואה אותו עושה דבר שאינו הגון'. בהכרת החסרונות העצמיים, מתגבר החפץ להתעלות בחברה כדי לקבל ולהשלים מריבוי הכוחות שבה אל המעלות החסרות. 'צדקה עשה הקב"ה עם עולמו, מה שלא נתן כל הכישרונות במקום אחד, לא באיש אחד... כי אם מפוזרים הם הכישרונות, והכרת השלמות, שהוא כוח המושך היותר אידיאלי, הוא הגורם להימשך אחרי האחדות המרוסמה' (הרב קוק). הדחף הפנימי להשתלמות הופך להיות המניע הפנימי להתנהגותם של היחידים. מחפשים הם להשלים עצמם על-ידי חבר או רב, על-ידי החברה ועל-ידי תורה ומצוות ומוסר. כל יחיד ויחיד רודף אז את הקרבה לרעהו בחפצו הפנימי להשלמת עצמו. המוני היחידים נבנים בקשר אידיאלי, צודק ומוסרי, והחברה כולה בריאה היא וישרה, ומושתתת על יסודות איתנים וראויים."

(הרב טאו, שם)



"...ואם יארע לו שיימצא בחברת מי שילעג עליו, לא ישית ליבו אל הלעג ההוא, אדרבא, ילעג על מלעיגיו ויבזם... ועל דרך זה הזהירו זכרונם לברכה: 'הוי עז כנמר וכו' לעשות רצון אביך שבשמים, ודוד אמר: 'ואדברה בעדותיך נגד מלכים ולא אבוש', שאף על פי שרוב המלכים עסקם ודיבורם בדברי גדולות והנאות, ודוד שהיה גם כן מלך, לכאורה תהיה לו לחרפה אם בהיותו בחברתם יהיה הוא מדבר בדברי מוסר ותורה תחת ספרו מן הגדולות ומתענוגות בני אדם כמוהם, הנה לא היה חש לזה כלל ולא היה ליבו נפתה בהבלים האלה אחרי שכבר השיג האמת, אלא מפרש ואומר: 'ואדברה בעדותיך נגד מלכים ולא אבוש'. וישעיה כמו כן אמר: 'על כן שמתי פני כחלמיש ואדע כי לא אבוש'."

(מסילת ישרים, סוף פרק ה')

כרטיסיה 1:

שלום, אני עזרא. אני רוצה להיות ילד טוב. למדתי בפעולה בשבת שצריך להיזהר מלעשות דברים רק כי החבריה עושים אותם, אלא רק כי אני מאמין בהם, וגם יחזקאל המדריך אמר שזה לא אומר שצריך לברוח מהחברים. זה מאד מבלבל אותי... ולכן אני כל הזמן מתלבט מה לעשות. השבת רציתי ללכת לסניף, אבל נזכרתי שכולם מדברים שם בתפילה. ללכת או לא ללכת? (לא- כרטיסיה 2, כן-כרטיסיה 3)

כרטיסיה 2:

החלטתי באמת לא לבוא לסניף אלא להתפלל לבד בבית. עכשיו משעמם לי, ואני ממש במתח מה יש בפעולה. אני מפספס את ההמשך, ובכלל, יחזקאל אמר לי שהשבת נלמד איך לעשות את העולם יותר טוב. טוב. אני אלך לישון בנתיים.. סוף!

כרטיסיה 3:

טוב... החלטתי ללכת בכל זאת לסניף. היה מסדר מדהים, שרנו את ההמנונים והמרכזת אמרה





דבר תורה יפה. אבל עכשיו מתחילה התפילה, וכל החברים שלי יושבים מאחורה ומספרים בדיחות. מזה באלי להיות איתם. גם דוד שלי סיפר את אתמול בדיחה מצחיקה נורא. אולי אני אשב איתם? אם כולם עושים את זה כנראה שזה בסדר... (לשבת מאחורה- 4, להתפלל- 5)

כרטיסיה 4:

איזה צחוקים כאן. ממש מפסיד מי שמתפלל. רועי המגניב סיפר בדיחות על כולם, כמה צחקנו... רגע, איפה כולם? הם כבר בסוף 18. וואי... הפסדתי את כל התפילה... חבל. דווקא רציתי להקפיד... פתאום יחזקאל המדריך בא אחורה, ואמר לי שהוא מאוכזב ממני. חבל... כל כך רציתי להיות ילד טוב... סוף

כרטיסיה 5:

צודקים! לא צריך לצחוק איתם. אני אתפלל בשקט ובכוונה, כמו יצחק אבינו. אממ... אולי כדאי שאני אלך להתפלל ליד רווית המרכזת? שהיא תראה איזה ילד טוב אני? (ליד רווית-כרטיסיה 6, להישאר במקום-כרטיסיה 7)

כרטיסיה 6:

יופי. עכשיו אני מתפלל בכוונה ליד רווית. ומתנועע חזק עם כל הגוף, שהיא תראה איך אני מתפלל (אולי ככה אני גם אקבל סמל במוצאי שבת אירגון). טוב, רווית לא מסתכלת עלי, אז אני אעשה את עצמי שאני מתפלל יותר ארוך, כדי שהיא תשים לב... רגע, חברים שלי מסתכלים עלי וצוחקים. אולי עדיף שאני אפסיק להתפלל עכשיו, שלא יחשבו שאני דוס מדי. אוי! דווקא עכשיו רווית הסתכלה. סוף!

כרטיסיה 7:

די! אני לא מתפללת לרווית, אני מתפלל לה! עדיף שאני פשוט אעצום את העינים חזק חזק ואנסה להתרכז... הסוף!



"(יב) וַיֵּגֶד לְמֶלֶךְ דָּוִד לֵאמֹר בֶּרֶךְ יְקֹנֶק אֶת בֵּית עֶבֶד אָדָם וְאֶת כָּל אֲשֶׁר לוֹ בְּעֶבֶר אֲרוֹן הָאֱלֹהִים וַיֵּלֶךְ דָּוִד וַיַּעַל אֶת אֲרוֹן הָאֱלֹהִים מִבֵּית עֶבֶד אָדָם עִיר דָּוִד בְּשִׁמְחָה: (יג) וַיְהִי כִּי צָעְדוּ נְשָׂאֵי אֲרוֹן יְקֹנֶק שִׁשָּׁה צָעָדִים וַיִּזְבַּח שׁוֹר וּמְרִיא: (יד) וְדָוִד מְכַבֵּר בְּכָל עֹז לִפְנֵי יְקֹנֶק וְדָוִד חָגוּר אֶפֻּד בָּד: (טו) וְדָוִד וְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל מַעֲלִים אֶת אֲרוֹן יְקֹנֶק בְּתַרְוָעָה וּבִקְוֹל שׁוֹפָר: (טז) וַהֲיָה אֲרוֹן יְקֹנֶק בָּא עִיר דָּוִד וּמִיכָל בַּת שָׁאוּל נִשְׁקָפָה בְּעַד הַחֲלוֹן וַתֵּרָא אֶת הַמֶּלֶךְ דָּוִד מִפְּנֹו וּמְכַבֵּר לִפְנֵי יְקֹנֶק וַתִּבֹּז לוֹ בְּלִבָּהּ: (יז) וַיָּבֹאוּ אֶת אֲרוֹן יְקֹנֶק וַיִּצְגּוּ אֹתוֹ בְּמִקְוָמוֹ בְּתוֹךְ הָאֹהֶל אֲשֶׁר נָטָה לוֹ דָּוִד וַיַּעַל דָּוִד עֲלוֹת לִפְנֵי יְקֹנֶק וּשְׁלָמִים: (יח) וַיָּכַל דָּוִד מִהַעֲלוֹת הָעוֹלָה וְהַשְּׁלָמִים וַיִּבְרַךְ אֶת הָעָם בְּשֵׁם יְקֹנֶק צְבָאוֹת: (יט) וַיַּחֲלַק לְכָל הָעָם לְכָל הַמּוֹן יִשְׂרָאֵל לְמַאֲיֵשׁ וְעַד אִשָּׁה לְאִישׁ חֲלֹת לָחֶם אַחַת וְאַשְׁפָּר אֶחָד וְאַשְׁיִשָּׁה אַחַת וַיֵּלֶךְ כָּל הָעָם אִישׁ לְבֵיתוֹ: (כ) וַיָּשָׁב דָּוִד לְבֶרֶךְ אֶת בֵּיתוֹ וַתֵּצֵא מִיכָל בַּת שָׁאוּל לְקִרְיַת דָּוִד וַתֹּאמֶר מֶה נִכְבַּד הַיּוֹם מֶלֶךְ יִשְׂרָאֵל אֲשֶׁר נִגְלָה הַיּוֹם לְעֵינַי אֲמָהוּת עֲבָדָיו כְּהַגְלוֹת נִגְלוֹת אֶחָד הָרַקִּים: (כא) וַיֹּאמֶר דָּוִד אֵל מִיכָל לִפְנֵי יְקֹנֶק אֲשֶׁר בָּחַר בִּי מֵאֲבִיךָ וּמִכָּל בֵּיתוֹ לְצוֹת אֹתִי נָגִיד עַל עַם יְקֹנֶק עַל יִשְׂרָאֵל וְשַׁחֲקֹתִי לִפְנֵי יְקֹנֶק: (כב) וּנְקַלְתִּי עוֹד מוֹצֹאת וְהִיִּיתִי שָׁפֵל בְּעֵינַי וְעַם הָאֲמָהוּת אֲשֶׁר אֲמַרְתָּ עִמָּם אֲכַבְּדָהּ: (כג) וּלְמִיכָל בַּת שָׁאוּל לֹא הָיָה לָהּ יָלֵד עַד יוֹם מוֹתָהּ: (פ) (שְׁמוּאֵל ב' פֶּרֶק ו')





3 < שהטוב בינינו ינצח!

מטרת הפעולה <

החניכים ישאפו לתיקון של כל החברה בארץ ובעולם.

מבנה הפעולה <

1. החניכים יבינו שהעולם מוכרח להגיע לתיקונו, יעריכו כל מעשה קטן שלהם, ויתמלאו אידיאליסטיות במקום ייאוש מהמצב הקיים.
2. החניכים ילמדו להיות חופשיים ויצירתיים בהמצאת דרכים לתיקון החברה.

מהלך הפעולה <

1. **החניכים יבינו שהעולם מוכרח להגיע לתיקונו, יעריכו כל מעשה קטן שלהם, ויתמלאו אידיאליסטיות במקום ייאוש מהמצב הקיים.**
 - לאחר שבפעולות הקודמות ראינו כיצד לחיות בעצמאות גם ביחס לעצמנו וגם ביחס לאנשים אחרים, נעבור לבדוק איך מתנהגים בעצמאות ביחס לכל החברה, גם למי שאינם גרים בסביבתנו, בארץ ובעולם.
 - מפזרים דפים בהם כתובים דברים שאנחנו שואפים לתקן בעולם, ושואלים את החניכים, מה הבעיות שאפשר להיתקל בהם בדרך להגשמת מטרה זו.
 - כמו כן ניתן להציג בעיות, ולבקש מהחניכים לתת להציע פתרונות. כל פיתרון שיעלו החניכים, המדריך "יבש אותו" וייתן סיבה למה זה בחיים לא יצליח. אם נצליח לעשות את זה מספיק נכון, נגרום לחניכים גם להרגיש באמת תסכול ולחפש פתרונות בכוח. וגם לענות למדריך ולצעוק עליו את המסר - "אם נרצה נצליח!" "לפחות זה יעזור לחלקי" וכדומה.
 - כל הדוגמאות הללו הן בעצם סתירות בין הרצוי למצוי, שמביאות אותנו להתייאש מהמצב הקיים. אם גם בשלב זה החניכים לא רואים שום בעיה, המדריך יעזור להם.
- בעיות ש ניתן להעלות:
- ◀ מציאת תרופות למחלות (כסף למחקרים, סיכונים - אם המחקר לא יצליח, אם לא יהיה ביקוש לתרופה).
 - ◀ החזרת העם בתשובה (שונאים את הדתיים, קשה לשנות חיים - בטח בגיל מבוגר, יש המון חילונים ומעט דתיים שיעסקו בנושא, וגם אם אנחנו כן נצליח - יישארו המוני חילונים).
 - ◀ פיתרון לאלימות/ אלכוהול (הנוער מחפש ריגושים ואי אפשר לעצור אותו, הנוער חושב שהוא מבין הכול ולא רוצה להקשיב, גם אם נתחיל מחינוך הקטנים לזה - הם תמיד יסתכלו עם הגדולים ויתלהבו ממעשיהם).



- ◀ העלאת יהודי הגולה ארצה (בחו"ל יש פרנסה בשפע ובארץ לא, קשה מאוד לשנות מקום מגורים באמצע החיים - בטח כשאתה לא מבין את השפה המדוברת, עיקר הבעיה - הם לא רואים את הערך בלחיות בארץ, שהרי מקיימים הם את כל המצוות).
- ◀ עוני (המדינה ענייה ולא יכולה לעזור, אי אפשר להכריח את העשירים לשלם לעניים).
- ◀ ההתיישבות בישי"ע (העם מחפש שקט ולא רוצה להתעמת עם הערבים וממילא לא חפץ בהתיישבות, העם לא מאמין בחשיבות ארצנו השלמה - יהיה קשה מאוד לשכנע את העם שזה הדבר הנכון לעשות).
- ◀ תאונות דרכים (לא יעזור לצעוק בתקשורת על זה שכל יום יש תאונה ולהפחיד את האנשים - כי הם פוחדים לכמה שעות ואז זה נשכח, ואי אפשר להעמיד שוטרים שיפחידו את הנהגים, בכל מקום. הפתרון היחיד זה לחנך מגיל קטן לזהירות וזה יכול לקחת שנים).
- ◀ משתמטים מהצבא (כל הזמן מחדירים שהצבא הוא כובש ורוצח, אף אחד לא רוצה להפסיד שלוש שנים מהחיים בשביל כלום).

אם הקבוצה פחות קשורה לנושאים כאלו, כדאי להעלות בעיות מהיי היומיום בסניף, בכיתה או בכל מקום שאכפת להם ממנו. כשחושבים על כל הבעיות שיכולות לקרות בדרך - מתיישישים מיד, ואומרים שאין סיכוי. ובעצם נעשים משועבדים לבעיות ולחסרונות - אי אפשר להתנתק מהם - נעשים עבדים כבולים שלא יכולים לעשות שום דבר. הופכים ללא עצמאיים ביחס לתיקון החברה!

- ממשכים בהקראת סיפור (נספח 1) כדאי להוסיף ציורים לכל משפט (כמו מר שמוץ) זה יכול מאוד להגביר את ההקשבה. כמו כן ניתן לספר את הסיפור ולתת לשלושה חניכים לאלתר ולעשות פנטומימה תוך כדי.
- לאחר הסיפור, עורכים דיון. שואלים את החניכים את השאלות הבאות:
 - ◀ מה גרם למי שעומדים בדוכנים לפנות לאותו חילוני, עם כל הבעיות שהצגנו לעיל?
 - ◀ האם הם פשוט תמימים ולא מכירים את העובדות הבעייתיות ולכן קל להם להניח תפילין לחילונים?
 - ◀ החילוני שהניח תפילין לא ילך לביתו וישמור שבת, אז מה בכלל הועלנו?
- לומדים יחד את נספח 2 ולאחר מכן מסכמים:

הרב קוק מלמד אותנו שבשביל להצליח לתקן ולשנות (כי זו היא בעצם היתשובה - היכולת להשתנות, לשנות ולתקן) עלינו להיות מלאי אמונה בכך ששום דבר לא יכול לעצור אותנו - כי זה באמת ככה - הקב"ה הבטיח לנו שהכל יתקן אז זה חייב לקרות - בסופו של דבר נצליח לתקן ולהגיע למקום שאנו שואפים אליו! ועוד דבר, בדרך לאידיאל הגדול אנחנו צריכים להעריך כל מעשה קטן שאנו עושים ולא לומר שהוא לא שווה כלום כי גם הדרך לתיקון תיקח אלפי שנים - אנחנו לא מפחדים מדרך ארוכה, וכל דבר קטן משנה משהו, ובסוף נגיע לדבר הגדול.



אם כן, ראינו איך נעשים עצמאיים ופועלים ביחס לתיקון העולם, במקום להתייחס ולהיות כבולים ומשועבדים לחסרונות ולבעיות - עלינו להציב מטרה, להאמין בה ובכך שנצליח להגיע אליה, ולהעריך כל מעשה קטן שלנו בדרך למטרה הגדולה.

נקודה נוספת שצריך להדגיש היא את היצירתיות בהמצאת דרכים לתקן את העולם. במיוחד בסניף, אפשר להגיע למצב שבו החניך מכיר רק יחלוקת מצרכים לנזקקים וילשמה זקנים בבית אבות, כפעולות שעוזרות לעם ישראל, כי הוא לא חושב בעצמו אלא המדריך בא עם הרעיון שהמרכזת אמרה שהרכז אמר לה שאפשר לעשות, וזה מה שהחניך עושה בלבד. כך אנחנו מאבדים אפשרויות רבות של פעולות שמגוון החניכים שלנו יכול להציע.

עלינו לעודד חשיבה עצמית של החניכים על ידי שנראה להם שביכולתם לחשוב על דרכים יצירתיות למצוא פתרון לבעיות (חלק זה של הפעולה לא יוכל להתבצע בשבת).

2. החניכים ילמדו להיות חופשיים ויצירתיים בהמצאת דרכים לתיקון

החברה.

- נותנים לחניכים משימה. מחלקים אותם לשלוש, וכל שלשה תקבל את אותה המשימה:
 - ◀ לבדוק מי כתב את הספר 'אוהל הדוד תום' ובאיזו שנה בלי להשתמש באינטרנט.
 - צריך לדאוג שכל קבוצה תחשוב לבדה ולא תצוטט לקבוצה השנייה, ולא תעקוב אחריה.

- ◀ להכין עוגה (אם הקבוצה רצינית! זה ממש משדרג).

יש הרבה אפשרויות למצוא את הפיתרון: אפשר לשאול את ההורים, ללכת לבדוק בספרייה, לברר עם המורה להיסטוריה וכדומה. וגם אם בסופו של דבר כל החניכים מצאו את הפתרון באותה הדרך, עדיין זה היה בחשיבה עצמית יצירתית של כל קבוצה בעצמה.

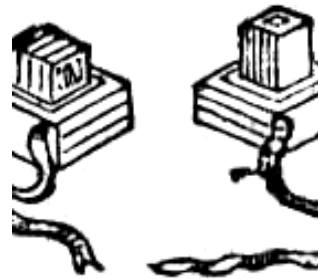
במשימה של העוגה הדבר עוד יותר מודגש. צריך יוזמה, וזה יכול לקרות.

אחרי שהחניכים ראו שיש בהם קצת יצירתיות, מחלקים לכל חניך דף שבו כתובות הבעיות שהצגנו לעיל (עוני, תאונות דרכים וכו') וכלי כתיבה, ונותנים זמן לכל אחד לחשוב על פתרונות לבעיות ולכתוב אותם בדף.

אם יש זמן וכות, כדאי לעבור על כל בעיה ולבדוק מה החניכים חשבו כפתרון, ואולי אפילו לצאת עם רעיונות לעשייה על ידי הקבוצה: מחלקים לכל חניך דף (נספח 3) וממלאים אותו יחד עם החניכים. כעת מסכמים - גילינו שלכל חניך יש רעיון משלו ודרך יצירתית לפתרון של כל מיני נושאים. והיכולת לחשוב, ולעשות מה שאני חושב זה חלק מהעצמאות שכל חניך צריך שתהיה לו - לא לעשות רק מה שהמדריך מכתב לי לעשות. לא רק שאסור לנו להתייחס מתיקון בגלל הבעיות הקיימות ועלינו לפעול ולעשות באמונה גדולה, אלא שאנחנו גם צריכים ויכולים לחשוב על פתרונות משלנו לבעיות הקיימות כי לכל אחד מאיתנו חשיבה שונה - "כשם שפרצופיהן שונים כך דעותיהן שונות", ועם ישראל צריך כל אחד מאיתנו כדי שיצליח להגיע לתיקונו השלם.



יום שישי, שעת צהריים חמימה ומנומנמת בעיר יבנה. כמדי שבוע אנחנו עומדים לצד עמדת ההסברה שלנו הממוקמת ליד דוכן מפעל הפיס, ושם כמיטב המסורת, בכל המובנים, מניחים תפילין לכל החפץ בכך, מחלקים נרות שבת לאם ולבת, כמו גם חוברת הסברה המלוות במספר מילים על הפרשה, כשברקע מתנגנים להם שירי-



נשמה, ישר לנשמה...

תוך כדי תנועה, עבר לידינו בחור עם קוקו וקעקועים. הוא השתהה מעט, ואנו מצדנו הסברנו לו פנים, ושאלנו האם ברצונו להניח תפילין, אך הוא חלף על פנינו כאילו לא היינו, והלך לרכבו. בשלב זה התארגנו לקראת סיום הפעילות. עוד מעט שבת... תוך כדי קיפול התפילין הבחור חזר עם תשובה. "כן, אני רוצה להניח תפילין..." טוב, הצתה מאוחרת, חשבנו לעצמנו, אבל למה לא? בשמחה! כל עוד השולחן מונח, אפשר להניח... תוך כדי הנחת התפילין, שילבנו רעיונות והלכות בנושא. לאחר קריאת שמע בהתרגשות ובכוונה עצומה, הוא פנה לרגע לרכבו, שב ותרם לדוכן, וסקר בעיניו את הכותרת, "כולנו יהודים!" - "כל-כך נכון", מלמל כאילו לעצמו...

כולנו יהודים! גם זה שנראה חיצונית 'לא קשור' גם בו יש ניצוץ, גם בקרבו גחלת לוחשת, שובו אלי ואשובה אליכם. ואנחנו נקראים ללבות את הלב, להבעיר את השלהבת, עד שתהא עולה מאליה.

"העולם מוכרח הוא לבוא לידי תשובה שלמה... (כמו שכתב הרמב"ם: "ויכבר הבטיחה תורה שסוף ישראל לעשות תשובה בסוף גלותם ומיד הם נגאלין, שנאמר: והיה כי יבואו עליך כל הדברים... ושבת עד ד' אלוקיך") כשבאים לשוב בתשובה צריכים לדעת שאין שום מניעה בדבר, ואין לבטל שום נטייה של תשובה, לא קטנה שבקטנות מפני שפלותה, לומר שאין הרעיון הקטן ראוי לפי מידתו שהאדם משער את עצמו"

(הרב קוק)





מדריך למגשים

מה מטרתנו? _____

מהי המשימה? _____

מחן ההכנות שצריכות להיעשות לצורך המשימה? _____

חלוקת תפקידים לנ"ל: _____

מחן הבעיות שיכולות לצוץ בדרך? _____

כיצד נתמודד איתן? _____

כיצד נוכל להרחיב את היקף הפעולה שלנו? _____

איך נדע שהצלחנו במשימתנו? _____

מה תהיה תדירות הפעולה שלנו? _____





4 < עצמאות זו החזקה!

מטרת הפעולה <

החניכים ידעו כיצד להשתמש בעצמאות בכלי התקשורת הקיימים.

מבנה הפעולה <

1. החניכים יהיו מודעים לבעיות ולסכנות שיכולות להיווצר מתלות בכלי התקשורת ומהתמכרות להם.
2. החניכים יחשפו ליתרונות של כלי התקשורת, כדי להשתמש בהם בעצמאות ובהבנה.
3. החניכים יקבלו רעיונות מעשיים לשימוש לא תלוי בכלי התקשורת.

מהלך הפעולה <

1. **החניכים יהיו מודעים לבעיות ולסכנות שיכולות להיווצר מתלות בכלי התקשורת ומהתמכרות להם.**

אחרי שלמדנו איך להיות עצמאיים כלפי עצמנו, כלפי הסובבים אותנו וביחס לכל החברה - נתייחס לנקודה שבה עוסקים כל החניכים בתנועה - כלי התקשורת, וניישם את רעיון העצמאות שלמדנו עליו גם ביחס לכלי התקשורת - איך להשתמש בהם בצורה עצמאית.

כדי למנוע שימוש "לא עצמאי" בכלי התקשורת, קודם כול נפגיש את החניכים עם הסכנות שבהתמכרות לכלי התקשורת. לפני כן, חשוב מאוד לקרוא את ששת הקטעים הקצרים שעוסקים בנושא: "התמכרות לאינטרנט" (נספח 1) ולבחור מתוכם משפטים נבחרים.

- מפזרים דפים עם המשפטים הנבחרים על הרצפה, ואחר כך אומרים לחניכים לחפש בין הכתבות משפט או שניים שהם חושבים או מרגישים שנוגע אליהם באופן אישי. שולחים את החניכים להסתובב בין המשפטים, ואחרי שהם טועמים וקוראים את המשפטים עורכים דיון ומעלים את השאלות הבאות:

- ◀ מה הן הסכנות הצפויות למי שמכור לאינטרנט?
- ◀ האם אפשר להגיע למצב של התמכרות לפלאפון או להודעות SMS?
- ◀ איך מגיעים למצב של התמכרות לכלי התקשורת האלו?
- ◀ האם זה יכול לקרות לכל אחד מאיתנו?
- ◀ כיצד ניתן למנוע התמכרויות כאלו?

- אפשרות אחרת היא לתת לחניכים להגיד בעצמם מה לדעתם לא טוב באינטרנט, ולתת טופי לכל חניך שמעלה בעיה. אם יש בעיות שחשוב למדריך להעלות והחניכים לא אמרו אותם הוא





יכול לומר בעצמו ולאכול טופי - זה גורם לחניכים לדבר ולהסכים עם הבעיות. אחרת הם עלולים להתווכח על זה... אם לא רוצים להשקיע בטופי, אפשר לעשות את זה עם "כיפים" - זה הולך. כל מי שמעלה בעיה מקבל "כיף".

- אפשרות נוספת שיכולה מאוד להציף את הבעיה (אם הפעולה היא ביום חול) היא לתת לחניך אחד לשחק סנייק ולכל שאר החניכים דף בגודל של פלאפון, ועושים תחרות - מי מצליח הכי הרבה זמן או במשך שלוש דקות לא להרים עיניים מהדף. זה מראה לנו איך אנחנו מסוגלים לבהות שעות במסך קטן.

2. החניכים ייחשפו ליתרונות של כלי התקשורת, כדי להשתמש בהם בעצמאות ובהבנה.

אם כן, איך באמת מונעים התמכרויות לכלי התקשורת - מצב שבו החניך לא יכול לשלוט בעצמו, לא עצמאי כלל, ונעשה משועבד ותלותי ולא יכול לעזוב את כלי התקשורת?

- משחקים משחק: בוחרים שני חניכים. לכל אחד נותנים ספר טלפונים. לאחד אומרים לחפש דבר מסוים, ולשני אומרים לחפש משהו מעניין (כדאי לבחור חניך שאוהב ספרים). המטרה היא שהראשון יעזוב את הספר ויחזיר אותו למדריך כשהוא מסיים את משימתו, והשני לא יחזיר את הספר עד שיאמרו לו.
- לאחר מכן, עוברים בין החניכים עם שקית טופי או בייגלה ונותנים לכל חניך לקחת כמה שהוא רוצה (רק לדאוג שיישאר לכולם...). אומרים לחניכים לא לאכול עדיין, ואחרי שכולם קיבלו מבקשים מכל חניך לפי הסדר לומר מספר יתרונות של כלי התקשורת על פני שיחה פנים אל פנים, ויתרונות של כלי תקשורת אחד על פני כלי תקשורת אחר, כמספר הטופי או הבייגלה שהוא לקח (כלי התקשורת הם: מכתב, פלאפון, SMS, צ'אט, אי-מייל, ICQ, פייסבוק). אם החניכים לא מוצאים, אפשר לעזור להם ברשימת היתרונות והחסרונות (נספח 2).
- מסכמים: למדנו כבר ביחידה הראשונה, על פי דברי הרמח"ל (בספרו 'דרך עץ חיים') שאם לאדם יהיו חכמה ודעת ותמיד תהיה לו מטרה ברורה, הוא לא ייגרר אחרי יצרו הרע. זה בוודאי נכון גם לגבי כלי התקשורת. כלי התקשורת בימינו יכולים להיות סוחפים ומושכים בגלל היכולת להיות אנונימיים ובגלל התכנים הווירטואליים שקיימים בחלקם שמאפשרים לאדם להתרחק מהיומיום המציאותי. אך אם לאדם תהיה מטרה ברורה - הוא זקוק לכלי התקשורת, וכשהוא ניגש לפלאפון או לפייסבוק הוא יודע בדיוק מהן הסכנות שבהתמכרות לזה, ומהם היתרונות של כלי התקשורת שאותם הוא רוצה עכשיו למלא - אם כל זה יהיה בראשו יהיה לו קל יותר לא להיגרר למקומות שאינו חפץ בהם ולהגיע למצב שהוא מכור לכלי התקשורת.

זה גם מה שראינו במשחק. לחניך הראשון הייתה מטרה בפתיחת ספר הטלפונים, ומיד כשביצע את מטרתו הוא סגר את הספר. לחניך השני לא הייתה מטרה מוגדרת, ואם המדריך לא היה לוקח ממנו את הספר, הוא היה יכול להמשיך ולקרוא בו זמן רב עד שבכלל לא היה שם לב מה הוא קורא, ונמשך



לתכנים בלי יכולת שליטה. ובוודאי שהמשיכה הרבה יותר גדולה בכלי התקשורת מאשר בספר טלפונים...

3. רעיונות מעשיים לשימוש לא תלותי בכלי התקשורת

בשלב זה, מה שחשוב לעשות הוא להעלות רעיונות מעשיים לשימוש בכלי התקשורת כך שלא יביאו את החניך להיות מכור ותלותי אליהם, אלא שישמור על העצמיות שלנו:

- מומלץ מאוד לחלק לכל חניך דף שבו רשומים כל הרעיונות הבאים (כדאי מאוד להוסיף גם רעיונות משלכם), ולפתח דיון עם החניכים על כל רעיון, כדאי להשאיר את הדפים לחניכים שישתמשו ויזכרו בהם בעת הצורך.
- מחלקים לכל חניך דף ובראשו כותרת: "מדריך למשתמש" (נספח 3) וכלי כתיבה. כל חניך בתורו מעלה רעיון או עצה מעשית משלו לשימוש נכון ועצמאי בכלי התקשורת. כל חניך שחושב שהרעיון שהציע חברו יכול לעזור לו - ירשום אותו בדף שלו. אחרי שכל החניכים דיברו, אם יש משהו שהמדריך יכול להוסיף מתוך הרשימה הבאה (ומעצמו...) אז שיוסיף, וייתן לחניכים זמן לכתוב זאת בדף שלהם.
- כמו כן, אפשר לחפש עצות לא להתמכר לפי אי-בי (ביחד עם החניכים). למשל, אי-אוכל - לא אוכלים מול הטלוויזיה, וכן הלאה... בפעולה שלאחר מכן אפשר לחלק לכולם את העצות. חשוב לומר לחניכים שכדאי תמיד לעבוד בשני מישורים - בצד השכלי: לדעת תמיד מה אני מחפש ורוצה להשיג בכלי התקשורת, כמו שהסברנו קודם, ובצד המעשי - מה אני עושה כדי לא להגיע למצב של התמכרות:

- ◀ כל פעם, לפני שאני נכנס למחשב, עליי להגדיר לעצמי בדיוק מה אני בא להשיג ולהרוויח בכניסה זו למחשב.
- ◀ כדאי להקציב זמן ביום לשימוש בכלי התקשורת שבמחשב. למרות שאפשר להיות עצמאי גם בלי קשר לכמות הזמן שאני נמצא במחשב, עדיין "אחרי הפעולות נמשכים הלבבות" ולפעמים אפשר להיגרר לשימוש לא רצוני למרות שהגדרנו לעצמנו מה באנו לעשות במחשב, כי השימוש עצמו מושך אותנו וגורם לנו להיות תלויים בו.
- ◀ אותו הדבר לגבי הפלאפון וה-SMS - כדי לא להגיע למצב שבו מחכים כל הזמן לשיחות והודעות, כדאי לפעמים להשאיר את הפלאפון בצד או בבית, או להקציב זמן לשיחה או מספר הודעות ביום. כך נפסיק לחשוב על הפלאפון כל הזמן.
- ◀ צריך להיות תמיד עם יד על הדופק ולשים לב אם מתחילים להיות תלויים ומשועבדים לכלי התקשורת - אם קשה לעזוב את הפלאפון או המחשב, או שלא מצליחים להתרכז בלימודים, בתפילה וכו', ולפנות למישהו שיעזור לנו לצאת מזה.
- ◀ לא מומלץ לנסות להתחיל במחשב קשרים עם אנשים חדשים שלא מכירים, אלא רק לחזק קשרים שקיימים כבר - עם חברים שמכירים כבר. זה אחד הגורמים



ופניהם איש אל אחיו



להתמכרות, מכיוון שהקשר לא מחייב ונראה מאוד יפה ומושך ומביא להיגררות

אחריו ולהתמכרות. לצורך זה אפשר לחסום את הפייסבוק רק לחברים.

◀ טוב למצוא לעצמנו עוד דבר טוב שאנחנו אוהבים לעשות, כדי שלא כל חיינו יסתובבו

סביב המחשב והפלאפון. המדריך יכול לעזור במציאת תעסוקה לחניכים - כקבוצה

וכפרטים.





אסי זיגדין < הסתדרות המורים

מחקרים שנעשו הראו שאצל נערים שהשתמשו יותר מאחרים באינטרנט חלה ירידה במעורבות חברתית וברוחה הנפשית ועלייה בתחושות בדידות ודיכאון. הסברים אפשריים לכך הם שהזמן שבו היו מחוברים לאינטרנט בא על חשבון הזמן שהוקדש לחברים. הסבר אחר הוא, שמתבגרים אלו יוצרים חברויות "וירטואליות" דרך הרשת, במקום חברויות בחיים, שהן חזקות, משמעותיות ותומכות יותר. נטיות התמכרות כאלה ניתן לאתר אצל אדם כבר בגיל צעיר מאוד. מה שנראה כפעילות של הילד עסוק, שטוב לו לבלות שעות מול מחשב (הוריו עשויים לחשוב שמדובר בגאון מחשבים עתידי) עלול להוביל להתמכרות שהופכת את המחשב לכל עולמו כמעט. לתופעה אחרת ניתן לקרוא אשליית הזמינות. אפשר להוריד מהאינטרנט כל שיר, סרט או יצירה אחרת, בקלות רבה, בכל זמן נתון. ניתן להשיג כל מידע, לתקשר עם אנשים, לגלות עולמות. הדבר גורר זילות בלתי נסבלת של יצירות, פגיעה בזכויות יוצרים, ומעבר לכל, אשליה של "כאן ועכשיו". אין דחיית סיפוקים בעולם הווירטואלי. אפשר להשיג הכל כמעט, הכל במרחק כמה לחיצות עכבר. נוצר פער עצום בין עולם המחשב למציאות, פער שבגיל ההתבגרות הוא קשה ממילא. שם, בחוץ, צריך לעבוד קשה. שם צריך לתקשר, ללמוד לעומק, לעבור חוויות וקשיים, להתמודד.



פרופסור עוזי ברק <<

משמעותה של תלות זו היא שרצונו ובחירתו המודעת של אדם אינם אלו השולטים בהתנהגותו, כמו אצל רובנו, ואותו אדם מונע על ידי כוחות חזקים שאין לו (או שכמעט ואין לו) שליטה עליהם. כלומר, התמכרות מאופיינת בראש ובראשונה כמצב קיצוני של התנהגות כפייתית שאין לאדם שליטה רצונית עליה. עם השנים, אומץ מושג ההתמכרות גם לגבי התנהגויות שמקורן אינו כימי אך יש להן תופעה וחוויה די דומה מבחינת המרכיב הכפייתי בהתנהגות ואובדן השליטה הרצונית. מה שמאפיין את "המכורים האמיתיים" הוא לא רק שימוש רב מאוד ברשת (או בפעילות מסוימת בה), אלא אובדן שליטה עצמית רצונית והתנהגות כפייתית. כלומר, התפתחות של דפוס השתעבדות ותלות בצורה קיצונית.





ויקיפדיה < > התמכרות לאינטרנט

למרות שהמונח "התמכרות" נפוץ יותר כדי לתאר התמכרות לחומרים הנזכרים למעלה, ישנם רבים המכורים לכאורה גם לדברים יותר יומיומיים, כמו שוקולד, אינטרנט, טלוויזיה, וכדומה.

התמכרות לאינטרנט (אנגלית: Internet Addiction Disorder, ראשי תיבות: IAD) הוא מונח המתאר שימוש יתר באינטרנט, במידה המהווה הפרעה למהלך החיים היומיומי של האדם. בשל המחלוקת הקיימת בקרב חוקרים וארגונים שונים ובציבור הרחב, על השימוש במונח "התמכרות" לתיאור תופעה זו, נפוצים גם השמות "שימוש יתר באינטרנט" או "שימוש בעייתי באינטרנט" להגדרת התופעה.

התמכרות או שימוש יתר באינטרנט נחשבת לבעיה האופיינית לדור הפלזמה. מאפייניה כוללים עיסוק יתר בפעולות באינטרנט ובמחשבות עליהן, קושי בעת התנתקות מהאינטרנט, ותגובה נרגזת להפרעה בזמן גלישה באתרים. מחקרים מעריכים כי כ-9 מיליון אמריקנים סובלים משימוש יתר באינטרנט, והערכות גבוהות לתופעה קיימות גם לגבי צעירים ממדינות מזרח אסיה כגון סין, טיוואן ודרום קוראה.

התומכים בהגדרת התופעה כהתמכרות טוענים כי בדומה לסוגי התמכרות אחרים, אדם המכור לאינטרנט מפתח בו יחסי תלות. לדעתם, המאפיינים של האינטרנט התורמים ליצירת תלות זו הם מגוונים:

- ◀ האינטרנט מכיל תכנים וירטואליים, מאפשר לאדם להתרחק מהיומיום המציאותי ולהתמכר לעולם מדומה.
- ◀ האינטרנט מתעדכן כל הזמן. תמיד יכול המשתמש למצוא עניין באינטרנט מכיוון שתמיד יש בו חידוש.
- ◀ האינטרנט חוקי, וכך מאפשר פורקן בלי חשש.
- ◀ בניגוד להתמכרויות אחרות, לא ניכרת כלפי חוץ התרחקות חברתית, משום שהאדם יכול להתכתב באמצעות האינטרנט עם אנשים אחרים (טוקבקים, דואר אלקטרוני, מסנג'ר ועוד).
- ◀ נגישות - החיבור לאינטרנט נמצא במחשב האישי ונגיש לאדם בקלות. בנוסף, האינטרנט יכול לשמש ככלי עבודה וכמקור מידע ולפיכך נגיש עוד יותר בחיי היומיום של האדם.
- ◀ האנונימיות שמאפשר האינטרנט מקילה על האדם להרגיש יותר בנוח להשתמש בו בחופשיות שימוש יתר למטרות שונות, שלרוב לא היו מקבלות לגיטימציה בעולם המציאותי ללא מעטה האנונימיות.



ליאיר עילם <<

שני סטודנטים מאוניברסיטת בר אילן - רמי שקד וזיו גרוסברד - ערכו לאחרונה מחקר על תופעת ההתמכרות לאינטרנט. שתי מסקנות העולות מתוך המחקר הן כי לשימוש באינטרנט השפעה ברורה על חיי החברה ופעילות הפנאי של המשתמש (הללו מתקצרים ככל שהמשתמש מקדיש יותר שעות לשימוש באינטרנט) וכי עוצמת ההשפעה כפופה לרמת (זמן) השימוש.

שקד וגרוסברד מביאים מתוך מחקרה של יאנג אשר קבעה ששימוש כפייתי באינטרנט יכול לגרום לתוצאות שליליות משמעותיות בתחומי הלימודים, החברה, הכספים והעבודה.

ממחקר שערכה הפסיכולוגית קימבלי יונג בשם "Caught In The Web" עולה שילדים עלולים להתמכר לאינטרנט, בעיקר בעקבות שימוש מופרז בחדרי השיחה, אבל גם כתוצאה מגלישה אינטנסיבית.

חלק מהחוקרים סבורים ששימוש מופרז ברשת האינטרנט עלול ליצור מצב שבו, בנוסף להתמכרות, יטושטשו הגבולות בין העולם הווירטואלי לזה המציאותי.

אומנם בנושא זה אין עדיין מחקרים מעמיקים, אולם עצם העובדה שהרשת מאפשרת לכל אחד ללבוש ולפשוט זהויות, להופיע בחדרי שיחה תחת כינויים שונים ולמסור מידע כוזב כרצונו, בלי חשש להיתפס, מעלה חשש כי התמכרות של ילדים לאינטרנט תלווה בבעיית זהות.



ד"ר דוד פסיג <<

בימים אלה אני נמצא בשבתון באוניברסיטת סטנפורד שבעמק הסיליקון. לפני ימים אחדים השתתפתי בכינוס שבית החולים האוניברסיטאי כאן ערך לכבוד מחלות חדשות שונות. אחד המחקרים שהציגו היה בנושא כאוב לרבים בחברה המודרנית - ההתמכרות לאינטרנט.

הוא טוען כי "פציינטים" אלו יש דחף כפייתי בלתי נשלט לבדוק כל הזמן אם הגיעו להם הודעות דואר אלקטרוני, להוסיף רשומות לבלוגים, להיכנס לחדרי צ'אטים, לשוטט באתרי עניין מיוחדים, להשתתף בקבוצות דיון ייעודיות, ועוד.

חוקרים שונים במשך השנים דנו בסוגיה האם התופעה היא הפרעה העומדת בפני עצמה או שהיא תוצר לוואי של הפרעות אחרות, כמו בדידות או דיכאון. ייחודו של המחקר החדש הוא שהוא נערך במדגם מייצג של בתי אב ברחבי ארה"ב וכלל למעלה מ-2,500 משתתפים המייצגים את האוכלוסייה האמריקנית. מכיוון שאין כלי מיוחד הבוחן את ההפרעה הזו הם השתמשו בכלי מדידה של הפרעות התמכרות אחרות. הממצאים הצביעו שיתכן והגיע הזמן לקרוא למחלה בשם ולהתחיל לטפל בה בלי קשר למחלות אחרות. הם מצאו שכתשעה אחוזים מהמשתתפים מנסים להעלים מאחריים את השימוש האובססיבי שלהם ברשת ועוד שמונה אחוזים משתמשים ברשת כדרך להימלט מבעיות אחרות שיש להם או כדי להקל על עצמם ממצב רוח שלילי. שישה אחוזים דיווחו שיחסייהם עם האנשים שבחברתם ממש סובלים מההתמכרות שלהם.





מינהל חברה וניוער

התמכרות, ככלל, היא תופעה המשלבת מרכיבים נפשיים, גופניים וחברתיים-תרבותיים במינון שונה. העוסקים בתחום באים מדיסציפלינות שונות: רפואה, פסיכולוגיה, פסיכיאטריה, כימיה, פיזיולוגיה וביולוגיה. החוקרים מציגים שלושה מרכיבים להגדרת התמכרות: התנהגות חוזרת ונשנית המונעת על ידי רגשות המתחילים בתשוקה ומגיעים לכפייתיות. בהמשך הופכת ההתנהגות לבלתי נשלטת למרות מודעות לנזקים הנגרמים בעטיה.

הגדרה אחרת מתייחסת לשינוי שחל במערך חייו של האדם המכור: ההתמכרות היא שינוי כמותי בדפוסי ההתנהגות ושינוי סדרי העדיפויות. עיסוקים שהיו בעלי חשיבות גבוהה ביותר מאבדים מחשיבותם ותדירותם פוחתת, בעוד שהתנהגויות ועיסוקים שהיו בעלי חשיבות נמוכה - הופכים לדומיננטיים.

נספח 2

'תרונות כל' התקשורת:

- ◀ שמירה על קשר בין חברים בצורות שונות
- ◀ זמינות הקשר בין האנשים
- ◀ יכולת פרטיות תמידית בקשר עם החבר
- ◀ גלובליזציה: יכולת שיתוף של כל החברה באידיאלים ובנושאים חשובים, ואפשרות פעילות משותפת מתוך האידיאלים האלו.

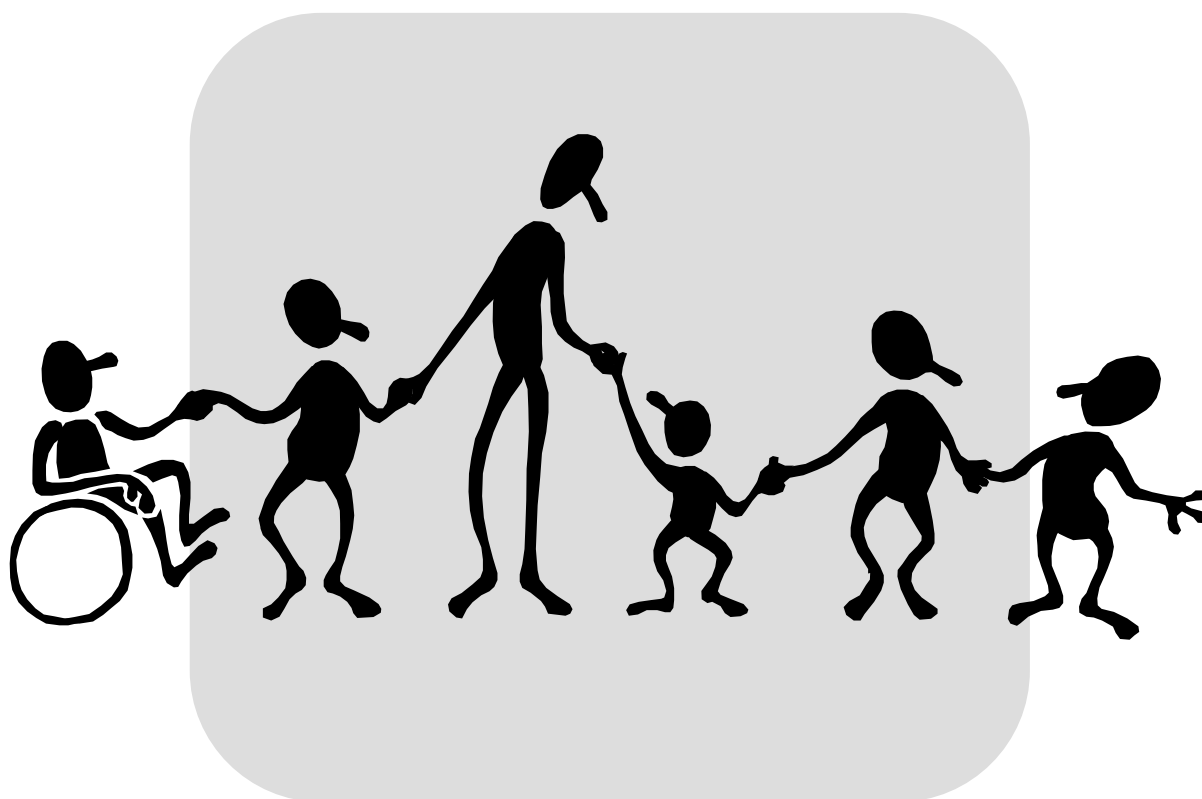
'תרונות כל' תקשורת ספיציפיים:

- ◀ פייסבוק: חינם, קשר בין קבוצות שלא מתראות ביום
- ◀ פלאפון: אפשר למצוא אותי בכל מקום
- ◀ SMS: מהיר, תמצות שיחה כשצריך
- ◀ מייל: אפשר לשלוח כמות גדולה של חומר במהירות, ולמספר אנשים יחד (נכון גם ב-SMS, ICQ, ופייסבוק)

איש

כל ישראל חברים « מערך חג'לי

- על השיבוך הקלוי עם קבוצה לונג בחברה -





1 < סטריאוטיפים

מטרת הפעולה <

החניכים ילמדו שאין לשפוט אדם או קבוצה על פי חיצוניותם.

מבנה הפעולה <

1. החניכים ייחשפו לכך שאנו שופטים בדרך כלל על פי מראה חיצוני.
2. החניכים יבינו את הבעייתיות שיש בשיפוט החיצוני.
3. החניכים יבינו שהגורם להסתכלות הסטריאוטיפית הוא התקשורת.
4. החניכים ילמדו כי התוך הפנימי של העומד מולנו הוא טוב ויש מה ללמוד ממנו.
5. החניכים יקבלו כלים להסתכלות פנימית- ראיית הטוב.

מהלך הפעולה <

1. החניכים ייחשפו לכך שאנו שופטים בדרך כלל על פי מראה חיצוני.

- **פרופיל 97:** פורשים על הרצפה תמונות פרופיל של אנשים שונים (נספח 1) ומבקשים מהחניכים לכתוב תחת כל אחד מהם (ובשבת - להגיד) את דף הפרופיל של בעל התמונה. בינתיים עוד לא חושפים את הפרופיל האמיתי.
 - **משחק אישיות:** בוחרים חמישה תלמידים ושמים על ראש כל אחד מהם כתר (נספח 2) ועליו כתוב סוג אוכלוסייה (חילוני, שמאלני, דתי לאומי, קיבוצניק, חרדי, צפוני, אשכנזי, רומני, פרסי וכו'), כך שכל הקבוצה רואה מה כתוב והוא לא. עליו לשאול שאלות שהתשובה עליהן היא כן או לא והקבוצה עונה. אם התשובה היא "כן" הוא ממשיך לשאול, אם התשובה היא "לא" התור עובר לבא אחריו, וכן הלאה עד שכולם מגלים את הדמויות שכתובות להם.
 - **טבלת חיצוניות:** פורשים על הרצפה טבלה (נספח 3) שבעמודה הימנית שלה כתובים שמות שונים (אלכסנדר, יניב, יעקב, רחמים, אלקנה) נותנים לחניכים את שאר הכרטיסיות (נספח 4) שהם צריכים למלא בקטגוריות השונות (מקום מגורים, מקום עבודה, תכונות, תיאור, כמה ילדים ותחביבים).
- כעת חושפים את הפרופילים האמיתיים של האנשים שעליהם החניכים מילאו דפי פרופיל במשחק הראשון.

2. החניכים יבינו את הבעייתיות שיש בשיפוט החיצוני.

מסבירים לחניכים ששיפוט על פי תנאים חיצוניים ודעות קדומות נקרא "סטריאוטיפ".



עורכים עם החניכים דיון קצר:

- מה הבעיה עם סטריאוטיפים?
 - למה זה לא טוב?
 - האם זה בכלל לא טוב?
 - למה האנשים והחברה משתמשים בסטיגמות ובסטריאוטיפים?
- סטיגמות וסטריאוטיפים עונים על הצורך של האדם להיות בשליטה, בתחושה מוכרת וודאית, מבלי להתאמץ. התייחסות לאדם או לחברה לפי הסטיגמה או הסטריאוטיפ, מאפשרת לנו לגבש עמדה מבלי להשקיע בהיכרות אמיתית עם האדם או הציבור שאליו אנחנו מתייחסים. כך אנחנו יכולים לקבל החלטה על סמך מידע חלקי בלבד (מקום המגורים של האדם וכדומה). כך אנחנו לא צריכים לתת הזדמנויות נוספות לאנשים ולהרגיל את עצמנו לשינויים שהם עוברים - אנחנו נשארים בסטיגמה ומתייחסים לפיה.

3. החניכים יבינו כי התקשורת היא אחד הגורמים להסתכלות

סטריאוטיפית.

מה גורם לנו לכל זה?

- פורשים על הרצפה, או לחלופין נותנים לחניכים לקרוא בקול, כתבות וכותרות שממחישות את העניין שהתקשורת גורמת לנו להסתכל בצורה סטריאוטיפית על סוגי אוכלוסיות שונים בחברה.
- סיכום ביניים:** הבנו שאנו שופטים אוכלוסיות על פי הסתכלות חיצונית (סטריאוטיפ), הבנו שיש בעייתיות בצורת ההסתכלות הזו וראינו כי אחד הגורמים המרכזיים לכך הוא התקשורת.
- אם כן, מה כן עושים? איך מתמודדים עם זה?

4. החניכים ילמדו כי התוך הפנימי של העומד מולנו הוא טוב ויש

מה ללמוד ממנו.

- מביאים מבעוד מועד שקית במבה שרוקנו את תכולתה לשקית ניילון רגילה ומילאנו בעלים, בחול וכדומה, וסגרנו אותה היטב (העיקר שייראה אמיתי...). כעת מציגים בפני החניכים את שתי השקיות ושואלים אותם מאיזו שקית הם היו רוצים יותר לאכול.
- נותנים לחניכים כתב חידה (נספח 3) שהפתרון שלו יהיה המשפט: "אל תסתכל בקנקן אלא במה שיש בו".

הבנו שאנו צריכים להשתחרר מתפיסות חיצוניות ודעות קדומות ושאוּלִי לפעמים הן לא נכונות. אבל מה האמת? מאיפה הביטחון ששווה להתגבר על הסטיגמה ולוותר על היתרונות שלה (כפי שאמרנו בתחילת הפעולה - היכולת לקטלג אנשים ולגבש דעה בקלות)?

רבי יהודה הנשיא מציע לנו להסתכל לתוך הקנקן, ובכך בעצם מגלה לנו דבר חשוב - יש תוך לקנקן!



האדם והציבור הם לא רק מה שנראה כלפי חוץ. יש מרחב גדול של אישיות, תכונות, פנימיות, מורכבויות שנמצא בתוך "הקנקן", בתוך הגוף או הקבוצה החברתית. האדם הוא לא רק מה שנראה במבט חיצוני וחומרי, כל אחד הוא מיוחד ושונה, ובזה אנו נקשרים לפעולה הקודמת בה הבנו שכולם שונים ובכל אחד יש דברים שונים ויש לנו מה ללמוד מכל אדם. הרב אבינר מתייחס לפייסבוק כ"ספר הפרצופים". האדם אינו פרצוף אלה נשמה שמתגלה במידות ובמעשים טובים.

5. החניכים יקבלו כלים להסתכלות פנימית - ראיית הטוב.

- מקריאים את הקטע "מותק יש לך סיגריה?" (נספח 5) ושואלים את החניכים:
 - ◀ מה שינה את יחסה של הכותבת כלפי חבורת הנערים?
 - ◀ האם ציפינו שהבחור יתנהג בצורה כזו? אם לא, למה?
 - כעת עושים סבב באופן הבא: אנחנו אומרים קבוצת תיוג מסוימת, והחניכים יגידו לפי סבב מי הופתע פעם לטובה על יד אדם המשתייך לקבוצת התיוג הזו (קבוצות תיוג: חרדים, ערסים, רוסים, שמאלנים, אחר).
- מסכמים: ראינו בקטע שמה שפוגג את היחס החיצוני כלפי הבחור וחבריו הוא המעשה הלא צפוי. לא תמיד יש מעשה קיצוני כזה שיעורר אותנו לחשוב אחרת על האדם, ויכריח אותנו להסתכל פנימה על נפשו. אל לנו לחכות שהאדם או הציבור יוכיחו את עצמם ואת אי נכונות הסטיגמה. לא תמיד זה קורה דווקא כשאנו נמצאים כדי לראות את זה, אלא אנחנו צריכים ביוזמתנו להאמין שיש "תוך" לקנקן ולחפש אותו, להתגבר על הסטיגמה ולאפשר לנו להסתכל בהסתכלות אמיתית על העומד מולנו. שואלים את החניכים: איך מתמודדים עם הסטריאוטיפ? איך מסתכלים על הפנים ולא על החיצוניות של העומד מולנו?

סיכום: בשלב הראשון של הפעולה ראינו כי כולנו נגועים בשיפוט חיצוני כלפי אוכלוסיות שונות בחברה, הבנו כי זו תופעה שלילית וראינו שהגורם לכך הוא התקשורת. לאחר מכן למדנו שרבי מלמד אותנו שבכל אדם יש תוך טוב ושעלינו לתמקד בו ולא בתדמית החיצונית הסטיגמטית. בסוף למדנו שכדי להיפטר מההסתכלות החיצונית עלינו להיות בעלי מודעות לבעיה, לתת הזדמנות אמיתית לתמקד בדברים הטובים בעומד מולנו (ראיית הטוב) ורק אחר כך להתמודד עם החלק הפחות נעים, לחפש מנחה משותף עם השונה מאיתנו ולברר בצורה אמיתית את העובדות שאיתן אנו נפגשים.





שמאלני



דתי לאומי



רומני



צפוני



פרסי



קיצוניות

חילוני

נאמא





שמאכלני

זחתי לאומי

חרדי



יִסְלַף

יִשְׁחַר

יִפְסֹחַ





שם	תיאור	מקום מגורים	מקום עבודה	מספר ילדים	תחביבים
אלכסנדר					
יניב					
יעקב					
רחמים					
אלקנה					



חרדי	מאה שערים	לומד תורה	12 ילדים	ללמוד קצת בערב שבת
עולה חדש מרוסיה	חיפה	פעם רופא, היום מובטל	שני ילדים וכלב	לשתות וודקה בלילה
חילוני	צפון תל אביב	לומד בסכניון מדעי הרוח	ילד אחד	להתנדב בארגונים למען איכות הסביבה
מרוקאי	שדרות	נגר בנגריה מקומית	5 ילדים ואמא שגרה אצלו	לשחק שש בש עם השכן מלמטה
דתי לאומי	מצפה יוסף בשומרון	עובד במטע זיתים ולומד חצי יום	8 ילדים	לרעות צאן בשעות הפנאי





"מותק יש לך סיגריה?" / גילה כהן

"מותק, אולי יש לך סיגריה בשבילי?" השאלה העגרתית העלתה כתמיד את חמתי, וגם הפעם נחפזתי להתרחק בהסיבי את כניי בזז. בקרן הרחוב הכונה אל בתי, על מדרגות הקיוסק הזרועות בדלי סיגריות וקליפות גרעינים, ליד הטלפון הציבורי שחובל במזיד שם הם נמצאים: חבורת צעירים מגודלי שיער, שוחצים על המדרגות ומלגלים על העוברים ושבים.

כל המאמצים עול דיירי הרחוב לסלקם עלו בתוהו, גם בעל הקיוסק הזקן נואש מלסלקם וקיבל עליו את הדין. נוכחותם הפכה בעיני לגזירה רעה שאין מנוס ממנה. גם הפעם בהתקרבי לפינה, הרגשתי בגל הזעם הגואה בי: "האמנם מולנו חסרי אונים מול חבורת כרחחים?" הרהרתי. "נראה אם הם..."

את מחשבותי קטעה צעקה מרה. טלי בת השלוש ניצצה באמצע הכביש, מול מסננת דוהרת, כשואמה זועקת באימה. לפני שהספיק מי מאיתנו לזוז, זינק אחד הנערים "החצאים" הישר לעבר המסננת, דחף את טלי וכך הציל את חייה. אבל הוא עצמו נדרס. האם נחפוזה אל ילדתה, חיבקה אותה בכפי ומבלי להעיף מבט לעבר הגופה השוחצה על הכביש. מיהרה לפתח כשילדתה בזרועותיה. למחרת, כשעברתי לפני ה"פינה" ושומעתי "מותק, אולי יש לך סיגריה בשבילי?" נעצרתי והושטתי בדממה את קופסת הסיגריות.





2 < חבר, אתה חסר!

מטרת הפעולה <

החניכים יבינו כי אין אדם מושלם ואי אפשר להיות כזה ולכן קיימת עליהם חובת ההשתלמות התמידית.

מבנה הפעולה <

1. החניכים יבינו כי אין אדם מושלם ולכולם יש חסרונות.
2. החניכים יבינו שרק אנשים ששואפים גבוה מתקדמים.
3. החניכים יבינו שהשאפה ליותר מחייבת את ההשתלמות התמידית.
4. החניכים יבינו שכדי להתקדם, אנחנו חייבים להיות מודעים לחסרונותינו ובעלי רצון לתקן את מה שאפשר.

רציונל היחידה: אין אדם מושלם < מודעות לחסרונות כדי לתקן והתקדם < רק אנשים ששואפים גבוה מתקדמים < שאיפה ליותר מחייבת השתלמות תמידית.

מהלך הפעולה <

1. החניכים יבינו כי אין אדם מושלם ולכולם יש חסרונות.

• חיסרון בידע

א. סיטואציות - מתארים לחניכים את הסיטואציה הבאה: אתם רואים בכביש תאונת דרכים, פצוע שוכב על הגב ויש לו דימום מהראש ומהפה, ועוד כיד הדמיון הטובה. שואלים את החניכים: אלו פעולות מהבאות תעשו ואלו לא ומדוע? אם הדיון לא מספיק ממצה, כדאי להביא עוד מקרים הדומים למקרה זה.

◀ תצקו

◀ תתקשרו למד"א

◀ תתנו לו מים

◀ תעזרו לו להתיישב

◀ תרימו לו מעט את הראש ותלחצו עם בד על הפצע כדי לעצור את הדימום

אחת ההנחיות הראשונות בקורסים של מד"א היא שאם אתה לא בטוח מה צריך לעשות עדיף לא לעשות כלום מאשר לנחש, לא עובדים לפי ההיגיון. נראה לנו שלפצוע צמא זה אנושי וטוב לתת מים, אבל בתכל'ס אם הוא מדמם ויכול להיות שהוא לוקה בהלם (המושג הרפואי של חוסר דם, לא מלשון להיות המום) אסור שהוא ישתה.



עורכים תחרות בין כל החניכים מי עונה הכי הרבה תשובות לשאלות שנשאל אותם (נספח 2). מסכמים בקצרה את המשחקים. לא נולדנו עם ידע, ומי שלא לומד - לא יודע! לכולנו יש חסכים מסוימים בדברים שאנו לא יודעים ולא מבינים בהם.

• חיסרון במידות

מספרים לחניכים את הסיפור "הכל בגלל כדור אחד". אם הקבוצה מתאימה, אפשר גם להמחזיז איתם את הצגה, או להציג הצגה שהמדריכים הכינו מראש. לאחר הסיפור שואלים אותם: אם הייתם במקום דני, מה הייתם עושים? קרה לכם פעם כזה דבר? ראיתם פעם מישהו שהתנהג כמו דני? העניין הוא שכולנו או לפחות רובנו לוקים בפגם מידותי זה או אחר - אין אדם מושלם במידות! ("אין צדיק בארץ אשר יעשה טוב ולא יחטא...")

• חיסרון ביכולת

עורכים תחרות טורניר הורדת ידיים בין החניכים, או לחלופין תחרויות הדורשות יכולת גופנית זו או אחרת (שלוש מקלות, מי עושה הכי הרבה שכיבות שמיכה וכדומה). הרעיון כאן הוא שתמיד יהיו כאלה שטובים בזה יותר, ומי שהיה טוב בתחרות הזו, לא בהכרח יהיה טוב בדברים אחרים - לכולנו יש לאן להתקדם מבחינת יכולותינו. מסכמים את החלק הזה: אין אדם מושלם! כולנו חסרים בכל מיני דברים, עכשיו ראינו חסרונות מסויימים במידות, ביכולת ובידע, אך קיימים בכולנו עוד חסרונות רבים שרק אנחנו יודעים אותם. וזה לא רק בנו, ישנם מפרשים שמסבירים כי כל העולם נוצר חסר כדי שיהיה לו תמיד לאן להתקדם ולשאוף, וכן גם האדם.

2. החניכים יבינו שרק אנשים ששואפים גבוה מתקדמים.

- לומדים עם החניכים את הקטע מ"הכשרת האברכים" של האדמו"ר מפיאסצנה (נספח 3) [אם נראה לכם שהוא ארוך ו"כבד" מדי, אז לחילופין אפשר ללמוד את הביאור שלו (נספח 4)].

3. החניכים יבינו שהשאיפה ליותר מחייבת את ההשתלמות התמידית.

- מעבירים סבב שאלות בין החניכים: מה אתה רוצה לעשות כשתהיה גדול? איזה ציון אתה רוצה לקבל בבגרות במתמטיקה? (למרות שהם בכיתה ו'...) מי כאן חושב שיש לו במה להשתפר?
- כעת מעבירים סבב שאלות שני: מה עוד חסר לנו כדי להשיג את מה שאנחנו רוצים? האם אנחנו באמת מנסים להתקדם או שאנחנו רק "מברכים" את עצמנו שיום אחד נהיה במקום שאליו אנו שואפים להגיע?
- כעת נעלה מהקומה הפרטית לקומה הציבורית ונשאל: האם המדינה שלנו מושלמת? מה חסר לה כדי להיות כזו? מה עוד חסר לנו כדי להשיג את מה שאנחנו רוצים? האם הציבור שלנו מושלם? מה עוד חסר לעם היושב בציון כדי להיות "אור לגויים"? ומה אנחנו עושים כדי שזה יקרה? האם אנחנו מתקדמים לשם?



מסכמים: אי אפשר רק לשאוף בגדול, הבנו שאין אדם מושלם ושנחנו רוצים להתקדם ולהשתפר בכל מיני תחומים ובכל מיני רמות. אנחנו לא יכולים להישאר רק ברמת השאיפות, חייבים להוריד את זה למעשה! חייבים לעשות מעשים כדי להתקדם אל המקום שאנו שואפים להגיע אליו, הן בתור אנשים פרטיים והן בתור ציבור ומדינה. כמו כן, אי אפשר רק להתפלל לתיקון עולם ולהשבת המלכות לישראל בלי לעשות מעשים ולהשתתף בתהליך שיבת ציון.

4. החניכים יבינו שכדי להתקדם, אנחנו חייבים להיות מודעים לחסרונותינו ובעלי רצון לתקן

את מה שאפשר.

- מקריאים לחניכים את הקטע "פעם דיברתי עם קבצן רחוב" (נספח 5). מסכמים את הפעולה: ראינו שאין אדם מושלם, כולנו חסרים - כאנשים פרטיים וכציבור כללי. הבנו שכדי להתקדם ולהשתפר עלינו להיות מודעים לחסרונותינו, להיות כנים, לעמוד מול המראה ולבדוק במה ואיך אנו יכולים להשתפר ולהתקדם. בשביל לעשות את זה, לא מספיק רצון טוב אלא צריך גם מעשים ומטרות מיידיים (מה אני עושה עם זה מחר בבוקר?). לבסוף ראינו כי עלינו להיות ממוקדי מטרה כלפי אותו חיסרון שעלינו לתקן. חשוב להדגיש ולציין, עבודת ההתקדמות וההשתלמות היא תמידית! לעולם לא נוכל לסיים להתקדם, כל מקום שאליו הגעת זכור כי יש מקום גבוה יותר. איזהו עשיר? השמח בחלקו! לא המסתפק בחלקו, הוא לא נעצר שם, הוא שמח בחלקו ומבקש עוד מקום שבו הוא יכול להתקדם. שנזכה!



• כמה זה 2^5 ? (32)
• מה הפירוש של המילה to translate? (לתרגם)
• ציפור גן עדן זה סוג של? (פרח)
• מה העיר בירה של יפן? (טוקיו)
• איפה נמצא הישוב כפר הרוא"ה? (בעמק חפר, ליד חדרה/נתניה)
• כשעושים control + c במחשב, זה עושה? (העתק))
• מי זה איוב? (איש צדיק שה' ניסה אותו ביסורים)
• מי כתב את ספר קהלת? (שלמה המלך)
• איזה פרשיות כתובות בתפילין? (קדש לי כל בכור, והיה כי יביאך, שמע ישראל, והיה אם שמוע)
• מה היה העיתון הראשון בארץ? (לבנון)
• איך אומרים בעברית ווקמן? (שמעון)
• איזה שנה היתה מלחמת העולם הראשונה?



(תרצ"ט, 1939)
• ממה עשויים המים? (חמצן וחמקן)
• מי המציא את הטלפון? (אלכסנדר גרהם בל)
• איפה יש בדרך כלל אדמת לס? (במדבר)
• מה זה כרוכית? (שטרודל)
• איזה צבעים הדגל של שוויץ? (אדום ולבן)
• באיזה מדינה קמה תנועת עזרא? (גרמניה)





3. אחריו!

מטרת הפעולה <

החניכים ילמדו כי יש ערך שאין בנו באנשים אחרים ובקבוצות אחרות בחברה, ויבינו כי עלינו ללמוד מהם.

מבנה הפעולה <

1. החניכים ילמדו כי לכל אחד יש את הייחודיות שלו.
2. החניכים יבינו שאפשר וכדאי ללמוד מכל אדם.
3. החניכים יבינו שיש בנו חסרונות שיכולים להתמלא רק על ידי ראיית החיובי אצל האחר ולמידה ממנו.
4. סיכום

מהלך הפעולה <

הקדמה למדריך: חשוב להבין - תפקידו של האחר הוא בעצם להשלים אותי, ביחד אנו אחד - אחדות, אם לא - העולם מפסיד (אם שניים דומים - סימן שאחד מהם הוא מיותר). לא סתם ה' שם אותנו כחלק מאותו עם, זה אומר שאנחנו מסוגלים להיות ביחד, באחדות, בהשלמה.

1. החניכים ילמדו כי לכל אחד יש את הייחודיות שלו.

כל אחד הוא מיוחד

- מחלקים לכל אחד מהחניכים ארבעה פרצופים בצבעים שונים (נספח 1 : לדוגמה, כולם מקבלים פרצוף מחייך בצהוב, כועס באדום, עצוב בכחול, בשוק בירוק).
- מספרים מקרים שונים, וכל אחד מהחניכים מרים את הפרצוף של איך הוא היה מרגיש באותו מקרה (אפשר גם להרים שניים).

המקרים:

- ◀ קבעת בערב של יום ההולדת שלך ללכת עם החברים מהסניף לסרט או למנגל וכדו', הגעת הביתה בשביל להתארגן ולצאת. ברגע שאתה פותח את הדלת קריאות "הפתעה!" "מזל טוב!" "עוד יישמעו" עפות מכל כיוון - החברה מהכיתה ארגנו לך מסיבת הפתעה בבית...
- ◀ כבר חודשים מדברים בכיתה על הטיול השנתי המטורף שהולך להיות בקיץ - סנפלינג, קארטינג, אבובים ושלל אטרקציות נוספות. בבוקר הטיול אמא שלך מעירה אותך בברכת "מזל



טובי! קולנית, "אתה דודי!" ומסבירה לך שאחותך ילדה בלילה בת וכולם נוסעים לבקר אותה עכשיו, והיא רוצה שגם אתה תבוא...

◀ קיבלת שמונים במבחן במתמטיקה.

◀ אתה עומד בתור לאוכל, והחבר הכי טוב שלך עומד לפניך עם כוס מיץ. אתם מדברים על הא ועל דא ואז היד של חבר שלך נתקלת במשהו וכל המיץ נשפך לך על המכנסיים החדשים שקנית רק אתמול...

היופי במשחק הזה הוא שבשבילך התגובה הראשונית הייתה הלם או מבוכה וכדומה, אבל אצל אחרים התגובות שונות ומפתיעות, בטח אצל חניכים בגילאים האלה שהם כל הזמן נעים על גבול המקום בחברה מול הרצונות והרגשות האישיים שלהם.

• משחק נוסף: אומרים כל מיני צמדי מילים ושואלים את החניכים מה הם מעדיפים. הם אמורים להגיד את התשובה כולם ביחד.

קוף/חורף	שוקלדז חלכלסן	לחולאות	לצייזלדנן
שוקלדז/לדז	כדורסל/כדורסל	חשבון/לדז	לשון/לדז
כדורסל/כדורסל	חפ/קד	טלקון/לדז	לסע/לדז
קוף/לדז	טורק/כדורסל	לדז/קפד	לדז/קפד...
לדז	שוקלדז	לדז/לדז	
לדז/לדז	לדז/לדז	לדז/לדז	
לדז/לדז	לדז/לדז	לדז/לדז	

מסכמים את השלב הראשון: ראינו בשני המשחקים שכל אחד שונה מחברו, כל אחד נולד עם תכונות, רגשות, ויכולות המאפיינים אותו בלבד.

2. החניכים יבינו שהם יכולים ללמוד מכל אדם.

- **משחקי למידה - עושים סבב בין החניכים.** כל אחד אומר משהו שהוא היה רוצה ללמוד (אפשר לצמצם את זה למשהו שהיה רוצה ללמוד ממישהו מהקבוצה), ומשהו שהוא חושב שהוא יכול ללמד. (אפשר להרחיב למשחקי תחרויות שונים. לדוגמה, מי מוצא הכי הרבה דברים שהוא יכול ללמוד מחברי הקבוצה; שניים אומרים לאחד אחר מה הם יכולים ללמד והרביעי צריך לנחש מי אמר מה; כל אחד אומר מה לדעתו זה שלימינו יכול ללמד את שאר חברי הקבוצה וכו').
- באמצע השבוע אפשר גם לחלק פתקים לחניכים, כל אחד מהחניכים כותב על פתק דבר שהוא יכול ללמד. שמים את כל הפתקים הפוכים בערימה ומערבבים אותם, והחניכים צריכים לנחש מי כתב כל פתק או שכל אחד בוחר מה הוא היה רוצה ללמוד.



- לחילופין, אפשר לבקש מכל אחד לכתוב מה הוא יכול ללמד ואז לפזר את הדפים על הרצפה וכל אחד בוחר מהם מה הוא רוצה ללמוד. כמו כן, נותנים לחניכים דפים ריקים והם עוברים בין החניכים והמדריכים בסניף ורושמים דברים שהם יכולים ללמד (עם קצת אומץ אפשר לעשות את זה עם אנשים ברחוב...).

מה אפשר ללמוד כאן?

- מספרים על מקרים שקרו בציבוריות הישראלית ודנים עם חניכים אילו דברים טובים ותכונות טובות אפשר ללמוד מכל אחד מהמקרים והדמויות המופיעות בהם. מסכמים את שני השלבים: תחילה ראינו שלכל אחד יש תכונות, רגשות ויתרונות משלו, לאחר מכן הבנו שאם רק היינו פותחים את העיניים ומחפשים מה אפשר ללמוד מהאנשים סביבנו ובגדול יותר מאנשים שונים מאיתנו בחברה הישראלית - היינו יכולים ללמוד ולקבל מהם הרבה מאוד.
- נלמד עם החניכים את הקטע "הדרך אל החכמה" (נספח 1).

3. החניכים יבינו שיש בנו חסרונות שיכולים להתמלא רק על ידי

ראיית החיובי אצל האחר ולמידה ממנו.

חוזרים בקצרה על מסקנת הפעולה הקודמת: אין אדם מושלם! כל אדם הוא בעל חסרונות ובתור שכזה, נדרשת ממנו חובת ההשתלמות התמידית - לשאוף למלא את החסר אצלו ולהתקדם כמה שיותר בכל התחומים.

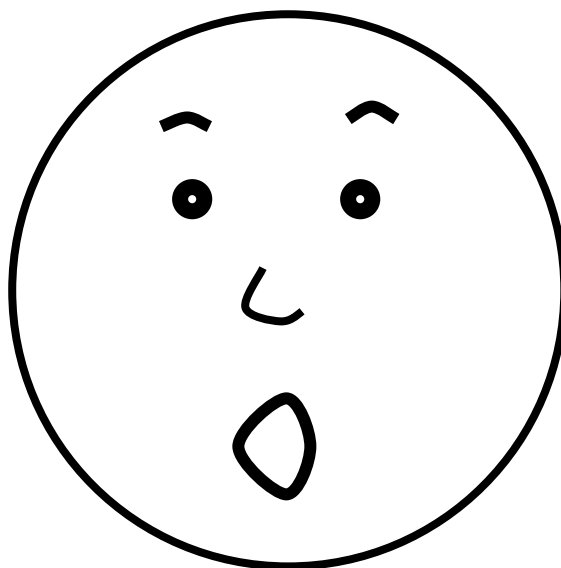
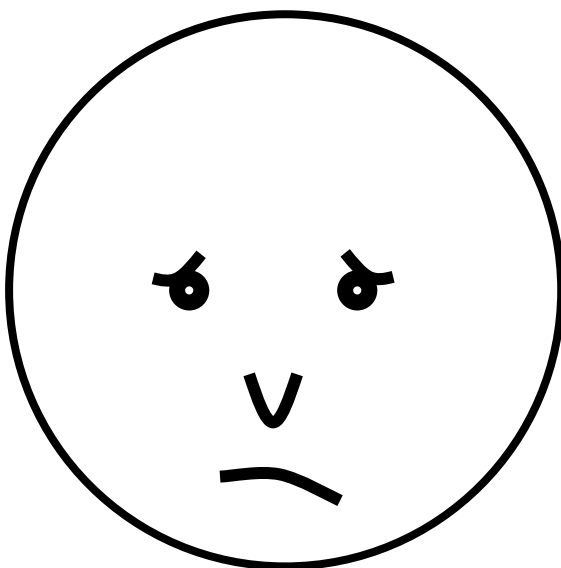
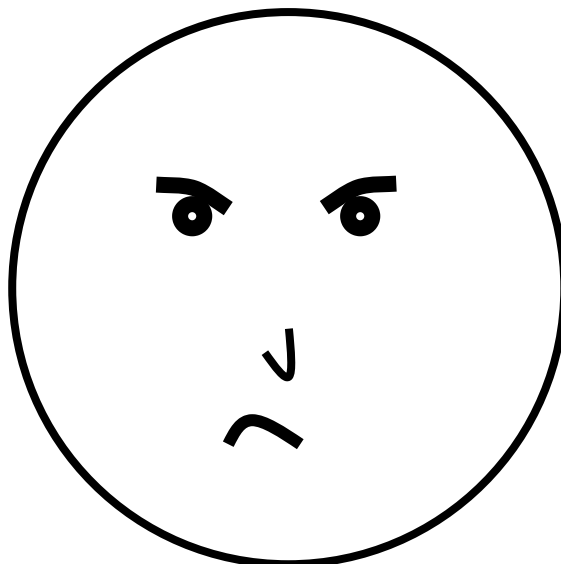
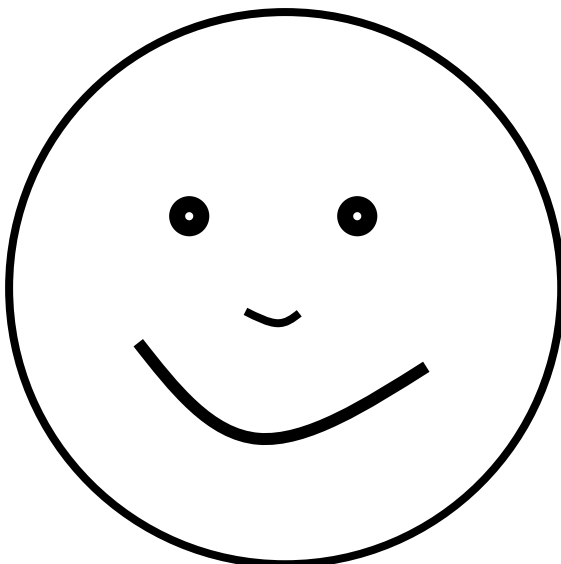
- קוראים עם החניכים את הקטע "על חטא" (נספח 3) ושואלים אותם: איזה מן החסרונות של הציבור שלנו אפשר למלא על ידי למידה ממגזרים או מקבוצות אחרות בחברה? אם נשאר קצת זמן מחלקים את החניכים לקבוצות של שלושה-ארבעה חניכים ונותנים לכל קבוצה להציג כמה מה"חטאים", ובסוף כל הצגה שואלים אותם מאיזה מגזר או קבוצות בחברה אפשר ללמוד את ההתייחסות למקרה הזה?

4. סיכום

אומרים בעל פה את המסקנות הנדרשות: כדי להתקדם בתחומים שהועלו, אנו צריכים להיות מושווים מול משהו אחר מאיתנו, ללמוד ממנו את יתרונותיו ולספחם למערך חינוכי. רק בדרך כזו של למידה מהאחר נוכל להשתלם תמיד ולמלא את חסרונותינו כנדרש מאיתנו. נזכור תמיד שדרך ההתקדמות הזו נכונה, הן בתור ציבור והן בתור אדם פרטי, בכל שלב בחיים. אנו קשורים זה בזה, לא סתם אנו נמצאים ביחד אלא יכולים ליצור מזה אומה אחת אפילו שאנו שונים. ה' ברא אותנו כך כי האמין בנו שאנו מסוגלים להיות ביחד ולהפירות זה את זה ועל ידי זה להתקדם ולהשתפר. שנזכה בעזרת ה' לדעת ללמוד מכל אדם את הטוב והמיוחד שבו ועל ידי כך נשתלם ונגיע למילוי הייעוד שלנו כציבור וכיחידים בחיים.



נספח 1





הדרך אל החוכמה

בן זומא היה אומר: איזהו חכם? הלומד מכל אדם..

כל אחד רוצה להיות חכם...

כל אחד רוצה להיות חכם, אבל איך מגיעים לזה? חז"ל מלמדים אותנו שחכמה אינה כפי שאנו סבורים, מנת המשכל שאיתה נולדנו, אלא שהיא תלויה בנו. על פי התודעה היהודית כל אחד יכול להיות חכם. אז איך? בענווה!

האם יצא לך לפגוש אדם עניו? הוא ודאי היה שקט ומופנם, חסר ביטחון עצמי ואולי אפילו קצת מוזר. לא יצא לך להכיר אותו יותר מדי טוב, כי הוא אינו יוצר קשרים בדרך כלל. כשהוא נמצא, בקושי מרגישים, וכשהוא איננו, לא שמים לב.

למרבית הפלא, מספרת לנו התורה, שהאדם העניו ביותר בעולם היה משה רבנו. האדם שלא חשש לדרוש מפרעה "שלח את עמי", מי שלימד את כל עם ישראל תורה והולך אותו ארבעים שנה במדבר, האדם שהשאיר אחריו רושם בל יימחה על האנושות כולה – הוא ה"עניו מכל אדם". איך ייתכן שאדם שהציג יכולות בלתי רגילות, כושר הנהגה, עקשנות ועוצמה, הוא האדם העניו ביותר בעולם? ענווה אמיתית איננה חוסר ביטחון או חוסר מודעות עצמית. ענווה היא היכולת להכיר את עצמך, להיות מודע לכישורים וליכולות הטמונים בך, ולהשתמש בהם על מנת להתקדם ולצמוח; ובאותו זמן לזכור, שכל אלה ניתנו לך במתנה מאת בורא העולם. בעל הענווה האמיתי מכיר בכוחותיו ויודע שיש להם מקור. "נכון, את התכונות קיבלתי במתנה, אבל גם אני עשיתי משהו במשך החיים, האם ההישגים אליהם הגעתי אינם שלי?"

במו ידיי

קל לדעת כי לא אנחנו המנהלים האמיתיים של העולם, אבל לעיתים קרובות מדי אנחנו שוכחים זאת. כוחה של הענווה הוא בידיעה שלא כל הכוחות מרוכזים בידיי, ויש בעולם דברים יותר חשובים ממני. כשאנחנו באמת לגמרי לבד, אנו מוגבלים; אבל, כאשר אנו מחוברים אל מקור הכוחות, אנו זוכים למשאבים אין סופיים, לפוטנציאל אדיר ולעוצמה בלתי מוגבלת. עכשיו אנחנו באמת יכולים לעשות הכל.

"חמורים נושאי ספרים"

בליל הסדר אנו קוראים בהגדה על ארבעה בנים. שואל הבן החכם: "מה העדות והחוקים והמשפטים אשר ציווה ה' אלוהינו אתכם?" מדוע הוא נקרא חכם? נראה שהוא לא יודע כלום! אנו קוראים לו חכם, משום שמעשיו מעידים על רצונו ללמוד. הוא סקרן, הוא רוצה להתקדם, הוא מעריך את החכמה. החכם אינו זה שעוסק כל ימיו ב"ללמוד" אחרים. נכון, הוא יודע דברים, וטוב שהוא משתף בהם גם אחרים, אבל לא זו החכמה. החכם הוא דווקא זה שלומד.

החכמה שייכת לאלה שבענוותנותם, פתוחים ללמוד מכל אדם אותו הם פוגשים. ללמוד וגם להשתנות. מסופר על רבי ישראל מסלנט, מאבותיה של תנועת המוסר, שהיה צריך לתקן את סנדלו. הייתה זו שעת ערב מאוחרת ורבי ישראל תהה האם הוא יספיק להגיע לסנדלר בזמן.

"האם אתה עדיין יכול לתקן לי את הסנדל?" שאל הרב, "לא הגעתי מאוחר מדי?" הסנדלר נשא זוג עיניים מופתעות – "רבי", הוא אמר "כל זמן שהנר דולק, אפשר עוד לתקן..." רבי ישראל התרשם מדבריו של האיש וחזר עליהם שוב ושוב "כל זמן שהנר דולק, אפשר עוד לתקן – כל זמן שהנשמה בקרבך, אתה יכול להתעלות ולהתקדם..."

דרכנו בעולם איננה מקרית וחסרת משמעות, כל אדם בו אנו פוגשים נשלח במיוחד אלינו. בואו ננסה לגלות את החכמה המיוחדת שאנו יכולים להפיק מכל מפגש ומפגש, וניעזר בו על מנת להתעלות ולהתקדם. חשוב שנדע, שאם אכן ננהג כך, נפסע בדרך העולה מעלה, הדרך אל החכמה.

(מעובד מתוך ספרה של לורי פלטניק "זכור את הנשמה")





על חטא שחטאנו לפניך בזלזול ברבנים
ועל חטא שחטאנו לפניך בזלזול בשרי ממשלה
על חטא שחטאנו לפניך בחוסר פתיחות לאחרים
ועל חטא שחטאנו לפניך בפתיחות יתר לתרבויות
הסותרות את ערכינו
על חטא שחטאנו לפניך בהזנחת כבוד התורה
ועל חטא שחטאנו לפניך בסגירות מגזרית
על חטא שחטאנו לפניך בקנאות יתר מוגזמת לערכינו
ועל חטא שחטאנו לפניך בשנאת חנם
על חטא שחטאנו לפניך בדחיית השונים מאיתנו
ועל חטא שחטאנו לפניך באי שמירה על כבוד השבת
על חטא שחטאנו לפניך בפגיעה בצומח ובחי
ועל חטא שחטאנו לפניך באי הכרת הטוב למדינה
על חטא שחטאנו לפניך בפירוד ושנאה
ועל חטא שחטאנו לפניך בזלזול הורים ומורים
ועל כולם אלוה סליחות, סלח לנו, מחל לנו,
כפר לנו.

(ע,ה')





כל ישראל חברים > 4

מטרת הפעולה >

החניך יבין שכל אדם חסר ושיש לו צורך ללמוד ולהתקדם ומתוך כך גם יבין איך החברה שלנו יכולה להיות חברה שמקשיבה ומקבלת גם את השונה.

מבנה הפעולה >

1. סיכום הפעולות הקודמות:

- א. החניכים יבינו שכדי שהחברה שלנו תהיה מתוקנת צריכה להיות בחברה שלנו הקשבה וקבלת השונה.
- ב. החניכים ירצו להגיע למקום של הקשבה וקבלת השונה.
- ג. החניכים יבינו שזה דורש מאיתנו עבודה קשה.
2. החניכים ילמדו איך לא לשפוט אדם לפי החיצוניות אלא לפי הפנימיות.
3. החניכים יבינו שאין אדם מושלם וילמדו את חובת ההשתלמות.
4. החניכים ילמדו לראות בעין טובה, לראות את הערך באנשים אחרים וקבוצות אחרות בחברה וילמדו איך ללמוד מכל אחד.

מהלך הפעולה >

1. סיכום הפעולות הקודמות

- מבקשים מהקבוצה לשבת במעגל ומכל אחד מהנוכחים לחשוב על סיטואציה של שני אנשים שקרתה לו בחיים, הראשון פונה לזה שיושב מימינו ומתחיל להציג את הסיטואציה והשני צריך להבין מה שקורה ולהיכנס לסיטואציה. אחרי כחצי דקה המדריך מוחה כף והשני פונה לזה שמימינו ומתחיל בסיטואציה, השלישי נכנס לזה וכך הלאה עד שחוזרים לראשון. מה שיקרה זה שלא תמיד השני יבין את הסיטואציה ויצליח להיכנס ויוצר קצת בלבול וחוסר תקשורת.
- כמו כן, ניתן להכין מראש עשר סיטואציות ולשים אותם בשקית. מבקשים משני חניכים להתנדב ומושיבים אותם על שני כיסאות מול כולם. נותנים להם להוציא סיטואציה מהשקית ולהציג אותה, אבל עושים את זה כמה פעמים ובכל פעם משתמשים באחת מההגבלות הבאות או בכל הגבלה אחרת העולה על רוחכם: לדבר במשפטים שמתחילים באותיות הא-ב' לפי הסדר, לדבר גב אל גב, לדבר בפנטומימה, לזרוק להם מילים שהם חייבים להשתמש בהן בשיחה, כשאחד מהם יושב בקצה אחר של החדר. העניין הוא שלזוגות יהיה קשה להציג את הסיטואציה שלהם עם ההגבלות והדו-שיח יהיה קטוע ולא ברור.



המטרה היא להזכיר ולהעלות לחניכים את הפעולות הקודמות ולגרום לחניכים לחוות תקשורת פגומה וחוסר הקשבה אמיתית, ולגרום להם להבין ולרצות לעבוד כדי שהחברה שלנו תהיה מקשיבה ומקבלת את השונה ולרצות ללמוד איך לעשות את זה.

2. החניכים ילמדו איך לא לשפוט אדם לפי החיצוניות אלא לפי

הפנימיות.

- מחלקים את הקבוצה לכמה תתי קבוצות, ולכל קבוצה מביאים כמה תמונות של אנשים מעיתונים ודף עם הטבלה הבאה:

שם	מסמכה	גיל	עקב ומעצב	מקום מגורים	מספר ילדים	מקום עבודה	תחביב
1							
2							

העניין הוא שהקבוצות ישפטו וינתחו את הדמות לפי סטיגמות של המראה, הלבוש ועוד, ולא יחשבו שיכול להיות שהם משדרים ונראים משהוא מסוים אבל בעצם הם משהו אחר לגמרי. אפשר לפתוח דיון בנושא ההשפעה של הפנימיות על החיצוניות ולהפך ועל החשיבות והמקום של החיצוניות מול הפנימיות ביהדות ועל ההשפעה של זה עלינו.

3. החניכים יבינו שאין אדם מושלם וילמדו את חובת ההשתלמות.

- מחלקים את הקבוצה לזוגות או לשלישיות ולכל אחד מהחניכים יוצרים מגבלה. לדוגמה, מכסים לו את העיניים או קושרים לו את הידיים. לכל הזוגות או השלישיות יש רשימת משימות שהם צריכים לעשות כמה שיותר מהר.

- אפשר גם לשחק פרה עיוורת או כל משחק אחר שבו לחניכים יש מגבלה מסוימת ויהיה להם קשה עד בלתי אפשרי למלא את המשימה.

המטרה היא לגרום לחניכים להבין שאין אדם מושלם ולכולם יש חסרונות, ורק אנשים שמודעים לחסרונותיהם, שואפים גבוה ובעלי רצון לתקן מתקדמים. מתוך זה החניכים יבינו שהשאיפה ליותר מחייבת את ההשתלמות התמידית.

4. החניכים ילמדו לראות בעין טובה, לראות את הערך באנשים אחרים

וקבוצות אחרות בחברה וילמדו איך ללמוד מכל אחד.

- אפשרות אחת היא שהקבוצה יושבת במעגל והמדריך נותן לאחד החניכים כדור ומבקש ממנו להסתכל בעיניים על אחד החניכים האחרים בקבוצה, לא על השכנים שיושבים שלידו, לזרוק לו את הכדור ולהגיד לו תודה על משהו אישי או להגיד לו דבר טוב או תכונה טובה שיש בו לדעתו. חשוב להשרות אווירה של רצינות ולהיות כנים ואמיתיים. אסור לזרוק לאותו אדם פעמיים עד שנגמר הסבב וכולם קיבלו את הכדור פעם אחת. העניין הוא שחניכים באמת יתאמצו ויחשבו על דברים טובים בחברים שלהם ויגידו להם אותם.





- אפשרות שנייה היא שכל חניך מקבל שני פתקים בשני צבעים שונים, מגדירים מראש שאחד מהם זה טוב ואחד מהם זה רע, מקריאים רשימת מקרים וכל פעם החניכים צריכים להרים את הפתק הנכון בעיניהם לגבי המקרה (נולד ילד, לא התקבלתי ללימודים, מעבר דירה, שלג, להיכנס להדרכה, מסע סוכות, יום כיפור, פלאפון, אחות קטנה, כדורגל, ראש הממשלה, פייסבוק, רובה, חתונה, לקנות חולצה ב-400 שקל, אוטו, לקרוא ספר, משטרה). העניין הוא שהמקרים הם לא תמיד טובים או רעים ולכן יהיה קשה להכריע ויהיה הרבה שוני בין ההחלטות של חברי הקבוצה.

המטרה היא לגרום לחניכים קודם כול להבין שלא הכול שחור ולבן, טוב ורע, וזה תלוי באיך שהם מסתכלים על דברים ובאילו עיניים הם מחליטים לגשת למקרה או לאדם מסויים. עוד מטרה היא לגרום לחניכים לראות את הטוב בכל אדם ובכל חברה ולנסות ללמוד מהם.

אל אחיו

שערי שלום ו"אני ביחס לאשפחה ולחברים קרובים



אל אחיו

פנים אל מול פנים « מעורר שישי

- על חשיבות הכורג היחודי שלי ושל חברי -





1 < פנים אל חול פנים

מטרת הפעולה <

החניכים יכירו בייחודיות שלהם.

החניכים יעמיקו את היכרותם עם עצמם כחלק ממילוי שליחותם בעולם.

מבנה הפעולה <

1. הבנה שלכל אחד יש "פנים" ייחודיות והוא נברא לצורך תפקיד שתואם אותו
2. הבנה שכדי למלא את שליחותי עליי להכיר את פניי
3. היכרות עם הפנים שלי

מהלך הפעולה <

1. הבנה שלכל אחד יש "פנים" ייחודיות והוא נברא לצורך תפקיד שתואם אותו

- משחקים טאבו חפצים - מחלקים לחניכים כרטיסיות (נספח 1) עם שם של חפץ והם צריכים להגדיר את החפץ כך שהקבוצה תבין במה מדובר בלי לומר את שם החפץ בהטיות שונות ואת ארבע המילים הנוספות המופיעות על הכרטיסיה. ניתן גם לבקש מהם להציג את החפץ באמצעות פנטומימה.

הרעיון הוא שמפתח לא מוגדר כברזל שטוח עם חריצים אלא כמשהו שפותח מנעולים וכדומה. לכל דבר יש את התפקיד שלו, המטרה שלשמה הוא נוצר. גם לנו הקב"ה נתן שליחות, תפקיד שבשבילו באנו לעולם, ועל כך נרחיב בהמשך.

- משחקים משחק "בעל החיים ותפקידו" (נספח 2) - מחלקים לכל חניך שני כרטיסים: אחד עם משימה ואחד עם שם של בעל חיים (יש לשים לב לא לחלק לאותו חניך את בעל החיים ואת המשימה שמתאימה לאותו בעל חיים). כל חניך קורא בתורו את המשימה שעליו לעשות והחניכים האחרים מקשיבים. מי מבין החניכים שחושב שיש לו את בעל החיים עם התכונות המתאימות לעזור בא ומציע את עזרתו. הוא לא מגלה איזה בעל חיים יש לו, אלא הוא צריך לשכנע את בעל המשימה מה בתכונות שלו יכולות לעזור לו וכיצד. בעל המשימה צריך לזהות מיהו בעל החיים ולתת לחניך הזה לעשות את המשימה (להציג איך הוא עושה את המשימה, זה יכול להיות מאוד נחמד - עם השמעת קולות, תנועה וכיד הדמיון הטובה עליכם...).

מה שאפשר ללמוד מהמשחק הוא שלכל יצור בעולם יש תכונות מיוחדות המאפשרות לו לבצע את תפקידו, ולכל אחד תכונות ותפקידים שונים שמבדילים אותו מחבריו ומייחדים אותו בעולם.



- מחלקים לחניכים את הקטע של ר' נחמן וקוראים איתם ביחד (נספח 3).

סיכום החלק הראשון: החניך מכיר בכך שלכל בריאה יש תפקיד בעולם שלשמו היא נוצרה ובהתאם לתפקידה כך נבראו תכונותיה וכשרונותיה.

2. הבנה שכדי למלא את שליחותי עליי להכיר את פניי - תכונותיי.

- בלי התאמה בין המשימה למבצע מחלקים לכל חניך בקבוצה משימה, תוך השתדלות שכל חניך יקבל משימה שלא תואמת את הכשרונות והיכולות שלו (אם כי לא באופן קיצוני שיגרור תסכול או אכזבה!). נותנים זמן קצוב ומבקשים מהחניכים למלא כל אחד את משימתו. משימות לדוגמה: לצייר את הסניף, לחבר שיר על הקבוצה, למצוא ראשי תיבות שמתאימים לקבוצה, להציג חניך והורה שאינו נותן לו ללכת לסניף, להמציא ריקוד על השיר "להיות עזראי", לעשות ארבעים שכיבות סמיכה, להעביר שני כדורים מיד ליד בו זמנית, לרוץ למקום כלשהו ולחזור וכו'. לאחר שהחניכים יחוו את הקושי בביצוע תפקיד בתחום שהם לא טובים בו, שואלים אותם איך הייתה החוויה, מדוע לא כולם הצליחו למלא את המשימה, אילו תחושות הם חוו בניסיון לבצע את המשימה ולמה וכו'.

- משחקי תפקידים - באיזה תפקיד אני מרגשי טבעי?

מחלקים לכל כמה חניכים סיטואציה ומבקשים מהם להציג אותה בפני שאר הקבוצה. משבצים את החניכים לתפקידים באופן כזה שכל חניך יקבל תפקיד שלא כל כך דומה לדמות האמיתית שלו. מקרים לדוגמה:

1. שני חניכים באמצע מסלול במסע סוכות, אחד מתבכיין על אורך המסלול, על החום והקושי

בטיפוס, והשני מעודד אותו, סוחב אותו ונותן לו מוטיבציה להמשיך ללכת.

2. מדריך מנסה להעביר פעולה כאשר חניך אחד בקבוצה לא מפסיק להפריע לו ולהתסיס את כל הקבוצה.

3. חבר מבקש טובה מחבר אחר, החבר מסרב, השני מנסה ומנסה לשכנע ללא הצלחה.

לאחר ההצגות שואלים את השחקנים: איך היה לכם לבצע את התפקיד המסוים הזה? ייתכנו שני

כיוונים של תגובות: כאלו שהיה להם מאוד קשה להיכנס לנעליים של מישהו אחר ולהיות משהו שהם

מאוד רחוקים ממנו במציאות, לעומת כאלו ששיחקו בהצלחה ואפילו בקיצוניות את התפקיד - למרות

או אולי בגלל שבחיים האמיתיים אין להם את ה"הזדמנות" להיות בתפקיד הזה.

שואלים את החניכים מדוע כל כך קשה לנו לשחק מישהו ששונה מאיתנו, ומה קורה כשבחיים

האמיתיים אנחנו מנסים להיות משהו שאנחנו לא (ייתכן שתעלה מהחניכים הנקודה שיש לנו את

האפשרות להשתנות, וזה נכון וחשוב, כל עוד ההשתנות תואמת את ה"אני" האמיתי שלי ולא חיקוי של

מישהו אחר).



מה שראינו הוא שהקב"ה נתן לכל אחד מאיתנו כוחות וכשרונות שמותאמים לנו כדי לבצע את שליחותנו, ובהתאם לכך לא טבע בנו כוחות שאותם איננו צריכים. תפקידנו הוא להתבונן בעצמנו לעומק, להכיר את הכוחות האלו ולהשתמש בהם בצורה הנכונה.

3. היכרות עם הפנים שלי

- תעודת זהות עצמית - מחלקים לחניכים תעודת זהות מיוחדת (נספח 4), מקדישים כמה דקות, משמיעים מוזיקת רקע מתאימה ומבקשים מכל חניך למלא את התעודה ביחס לעצמו. לאחר מכן שואלים את החניכים אם היו דברים שהם הופתעו לגלות על עצמם, שלא חשבו עליהם אף פעם וכו'.
- רעיון לחלופה: סוג של מסע אל עצמי - מפזרים על הרצפה בחדר שני סוגי כרטיסים: האחד עם תכונות והשני עם כישרונות (כל תכונה או כישרון כמה פעמים). החניכים יסתובבו בחדר (אפשר לשים גם מוזיקה ונרות, אם זה לא בשבת) וכל אחד לוקח לעצמו תכונות וכישרונות שהוא חושב שקיימים בו (תכונות: ענווה, שמחה, נעימות, רחמנות, אומץ, נאמנות, ישרות, נדיבות וכו'. כישרונות: להצחיק, לשיר, לספר סיפורים, להקשיב לאחרים, לנקות, לשכנע, לבשל, לצייר, לנגן, לספר בדיחות וכו').





 מקרר	 מאוורר	 קלמר
אוכל קור מטבח שתייה	קיץ רוח מזג אוויר מסתובב	כלי כתיבה בית ספר ריצי רצי עיפרון
 מנורה	 מזגן	 תנור
אור תקרה פלורוסנט חשמל	קיץ קור שלט חימום	אפייה חורף חום מטבח
 שעון	 ארנק	 יומן
מחוגים מספרים זמן דיגיטלי	כסף שטרות תאים אשראי	תאריך פגישה אישי תזכורת





וכניהם איש אל אחיו

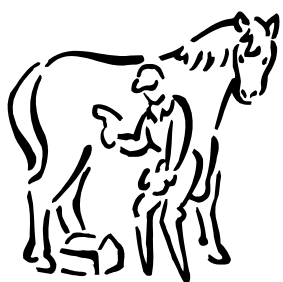


 מפתח	 כיסא	 קלסר
ברזל שיניים מנעול דלת	רגליים משענת ישיבה שולחן	חוצצים דפים ניילונית מחורר
 מעיל	 עט	 מכונת כביסה
קר חורף מחמם בגד	כותב עיפרון קלמר דיו	בגדים לכלוך אבקת כביסה מייבש

נספח 2

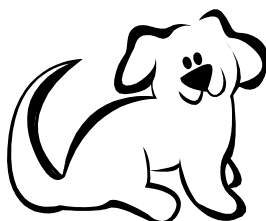
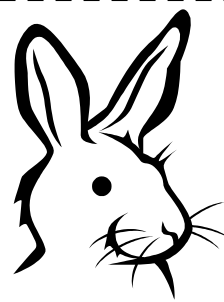
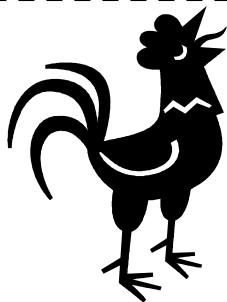
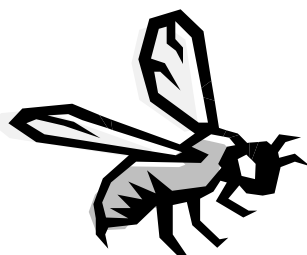
שעון מעורר	ריכוי בעיסוק	להסיע כרכרה
שמירה	לשלוח מכתבים	לייצר דבש





לייצר
חלב

להבריה
עכברים



נספח 3

"צריך שכל אדם ידע וישקול כי מטבע בריאתו הינו יחיד בעולם, ולעולם איש בחיים לא ידמה לו.
ואילו היה אי מי שוחה לו או דומה לו, אזי חפץ לא היה בקיומו שלו.
אך אל נכון – כל אחד ואחד משהו חדש הוא בעולם וטוב אם יעשה את ייחודו לשלמות כי בהעדר
אותה השלימות, תתמהמה ביאת המשיח..."

ר' נחמן במרסלב



2 < פנים אל מול פנים

מטרת הפעולה <



החניכים יבינו שכדי שהחברה תהיה שלמה יש צורך ב"פנים" של כל אחד ואחד.
החניכים יכירו את הייחודיות של כל חניך בקבוצה ויעמיקו את ההיכרות ביניהם.

מבנה הפעולה <



1. העולם יתוקן כשכל אחד יביא את פניו.
2. כמו שלי יש פנים מיוחדות משלי, כך גם לחברי.
3. עד כמה אנחנו מכירים את חברינו, ואיך משפרים את המצב?

מהלך הפעולה <



1. העולם יתוקן כשכל אחד יביא את פניו.

- מסדרים את הכיסאות כמספר האנשים במעגל צפוף, ובהדרגה מוציאים בכל פעם כיסא אחד, כשהחניכים צריכים להצטופף ולהמשיך להישאר על הכיסאות שנותרו. המטרה שלנו היא לרדת משלושה אנשים על כיסא (אם מצליחים להגיע ל-3.5 איש על כיסא זו תוצאה טובה). כולם נעמדים על כיסאותיהם, והמנחה לאט לאט מתחיל להוציא כסאות. אבל... מבקשים מראש מחניך להיות "שתולי" ולא לשתף פעולה עם הקבוצה, למשל: לא לאפשר לאחרים לעמוד עליו, לא לרצות להצטופף, לאיים שהוא נופל ורוצה לרדת מיד וכו'.
 - משחקים "חזירים קפיטליסטים": מחלקים לכל חניך שני כרטיסים, אדום וירוק. בכל סבב מבקשים מכל חניך להרים פתק אחד באוויר. אם כל החניכים מרימים את אותו צבע - כל חניך מקבל סוכריה. אם כולם מרימים צבע אחד ורק חניך אחד מרים צבע שני - רק מי שהרים את הצבע השני מקבל שלוש סוכריות. אם חלק הרימו אדום וחלק ירוק - אף אחד לא מקבל כלום.
- הרעיון** הוא שכולנו תלויים זה בזה. כאשר יש משימה שהחברה כולה צריכה להירתם אליה (משחק הכסאות) - מספיק אחד שלא מוכן לתרום את היכולות והכשרונות שלא כדי להרוס לקבוצה כולה. אותו הדבר בא לידי ביטוי גם במשחק "חזירים קפיטליסטים" - כאשר אני דואג רק לעצמי, להגדיל את כמות הסוכריות שלי - אני מונע משאר החברה להצליח. כאשר אנו פועלים יחד, וכל אחד תורם את חלקו - כולנו נהנים. העולם יהיה חסר ללא הופעת "פנים" של אחד מהחברה ועל כן חייבים כל אחד מהאנשים ואי אפשר להסתדר בלעדיו.



ופניהם איש אל אחיו



2. כמו שלי יש פנים מיוחדות משלי, כך גם לחברי.

- משחקים את משחק המקצועות (נספח 1) - שמים לכל חניך כתר על הראש עם שם של בעל מקצוע. לאחר ששמים לכולם כתרים מחלקים לכל חניך משימה. כעת לפי הסדר כל חניך אומר במי מחבריו הוא בוחר כדי לעשות את המשימה.
הרעיון הוא שכל אחד מאיתנו הוא חסר, וכדי להשלים את חסרוננו ולתפקד בצורה הכי טובה כחברה הוא צריך להכיר את חבריו ואת כשרונותיהם ויכולותיהם על מנת לבחור בחבר הכי מתאים שיוכל לעזור לו למלא את משימתו.
- משחקים עם החניכים "עין טובה". כל חניך מקבל פתק עם שם של חניך אחר. החניך הראשון מתחיל ואומר משהו טוב, כישרון, תכונה טובה, מעשה טוב וכו' של אותו חבר, תוך הקפדה על כמה כללים:

◀ שמירה על מבט עיניים עם החניך השני

◀ דיבור ישיר אליו ולא אל שאר הקבוצה

לאחר מכן, אותו חניך שדיברו אליו ממשיך עם החניך שכתוב לו בפתק, וכן הלאה.
אנחנו צריכים להבין שבכל אחד מאיתנו יש תכונות חיוביות שהכרחיות לתפקודנו כקבוצה וכחברה ושכל אחד תורם ונתרם.

3. עד כמה אנחנו מכירים את חברינו, ואיך משפרים את המצב?

- חידות ידע - מושיבים זוג חניכים עם הגב זה אל זה. שואלים כל פעם חניך אחר שאלות אישיות על השני ובוחנים עד כמה החניכים מכירים זה את זה. השאלות יכולות להיות גם היתוליות אך גם משמעותיות. למשל: מה צבע מברשת השיניים שלו, איזו מוזיקה הוא אוהב לשמוע, מהו המקצוע החזק שלו וכו'.
- מבקשים מהחניכים להסתדר בשני מעגלים האחד בתוך השני, כך שיוצא שמול כל חניך במעגל הפנימי יש חניך מהמעגל החיצוני - "ופניהם איש אל אחיו". כעת נותנים להם נושא לדבר עליו במשך שלוש דקות. לאחר שלוש דקות המעגל החיצוני זז אחד לצד ימין ונוצר מצב שכל אחד עומד מול חניך אחר, וחוזר חלילה.
נושאים לשיחה:

◀ המשפחה שלי

◀ טיול כיף שעשיתי

◀ מקצוע שאני הכי אוהב

◀ משהו כיף שאני אוהב לעשות

◀ הלום שלי

◀ לאן הכי הייתי רוצה ללכת לטייל

◀ וכן כיד הדמיון הטובה...



שוב, ראינו שדיבור פנים אל פנים הוא אחת הדרכים הטובות להכיר את החבר שלי בצורה גלויה ואמיתית. כמובן ששלוש דקות לא מספיקות, וזו אמורה להיות טעימה שמזמינה עוד.

- מחלקים את הקבוצה למספר קבוצות של שניים-שלושה חניכים. החלוקה תהיה אקראית, כמו למשל "תפוז, תפוח, בננה" וכו'. כל קבוצה צריכה למצוא כמה שיותר מאפיינים המהווים מכנה משותף בין חברי הקבוצה, תוך שתי דקות. לאחר שתי דקות מחלקים חלוקה אקראית חדשה, וחוזר חלילה.

אנחנו צריכים לדחוף את החניכים לגלות מכנים משותפים עם חבריהם לקבוצה.





נגר

נפח

תופרת



אָפּל

מורה

שוכר

משימות: לבנות שולחן, לרתך ברזל, לתפור בגד, לרפא ממחלה, ללמוד משהו חדש, לכוון את התנועה





3 < פניי מול החברה

מטרת הפעולה <

החניכים יכירו בחשיבות השמירה על ה"פנים" שלהם בפני החברה.

מבנה הפעולה <

1. העמקה נוספת בייחודיות ה"פנים" של כל אחד ואחד.
2. הכרה במציאות שאנו "מתחפשים" והבנת הסיבות הגורמות לכך.
3. הבנת ההשלכות של התחפושת והצבת פנים אמיתיות כיעד.

מהלך הפעולה <

1. העמקה נוספת בייחודיות ה"פנים" של כל אחד ואחד.

- משחקים "טאקי תכונות". מחלקים את החניכים למספר קבוצות כך שבכל קבוצה יהיו בין ארבעה לשישה משתתפים (אם יש מעט חניכים, אין צורך להתחלק). כל קבוצה תשחק טאקי מים (המכונה כ-פיות, ל-שון וכדומה). המשחק נפתח בחלוקה של ארבעה קלפים לכל משתתף. קלפי המשחק יהיו קלפים שעליהם כתובים תכונות, כישרונות, יכולות ותחביבים שונים (נספח 1). יש להכין לפחות כ-50 קלפים עבור כל קבוצה, כך שיש ליצור עותקים כמספר הקבוצות. ליד אחד המשתתפים בכל קבוצה, מניחים ערימת קלפים נוספים שאותם מתחילים להעביר על פי סדר הישיבה. כאשר לידי משתתף מגיע קלף שמתאים לו, הוא משאיר אותו בידיו ומעביר קלף אחר שאינו מעוניין בו, כך שתמיד יהיו בידי כל משתתף ארבעה קלפים. אחרי המשחק, מבקשים מכל חניך לחדד לעצמו מיהו ומהן "פניו". יחד עם זאת, במהלך המשחק צפויה לעלות התלבטות גדולה בין קלפים שונים, הבחירה עלולה להיות קשה, אך עיקר התועלת היא שהחניך משקיע מחשבה בהבנה מה מאפיין אותו.

2. הכרה במציאות שאנו "מתחפשים" והבנת הסיבות הגורמות לכך.

- מספרים את הסיפור "הביצה שהתחפשה" (נספח 2). מומלץ לעשות זאת באמצעות המחזת הסיפור או לחילופין להקריא אותו.
- אחרי שמסיימים את הסיפור, מנהלים עם החניכים דיון, מהן לדעתם הסיבות שבגללן הביצה רצתה להתחפש?

אחרי שרואים שיש הבנה, מנסים להשליך את השאלה לחיים שלהם - שואלים האם החניכים נתקלו בהרגשה כזו כמו של הביצה? עם או בלי שם - מה יותר קשה?



- כעת, מחלקים לכל חניך שני דפים. על דף אחד החניכים יכתבו את שמם וכן יענו לשאלה "למה אסור לדבר בתפילה?". בדף השני יענו על השאלה "האם כיבוד הורים יותר חשוב מהסניף ומדוע?" וישאירו את הדף ללא שם (מציינים בפני החניכים שלאחר מכן נקרא את מה שכל אחד כתב).

- לאחר שהחניכים מסיימים לכתוב, שואלים: באיזה דף היה יותר קל להם לכתוב? ניתן להניח שלפחות לחלקם יהיה יותר קל לכתוב בעילום שם.
- כעת דנים עם החניכים, מדוע יותר קל לכתוב כשלא יודעים מי אתה? מתי אנחנו כן חושפים מי אנחנו?

מה שגילינו הוא שפעמים רבות אנחנו רוצים להתחפש, להיות מישהו אחר, שלא ידעו מי אנחנו... באופן כזה יותר קל לנו לומר דברים, מיוון שאין חשש מה יאמרו או יחשבו עליי. כאשר אין את החשש הזה יותר קל לאדם לעשות מה שהוא רוצה בלי לחשוב הלאה. חשוב להדגיש לחניכים את הנקודה הזו.

3. הבנת ההשלכות של התחפושת והצבת פנים אמיתיות כיעד.

- מקריאים לחניכים את הכתבה "מלך הכיתה לא מאושר" (נספח 3). מומלץ לצלם לכל חניך.
- ניתן לספר על ר' זושא (נספח 4) שלא נשאל בשמים מדוע הוא לא היה פלוני אלא נשאל למה הוא לא היה הוא עצמו. חובה על כל אחד לגלות את "פניו" ועל כך ייתן דין וחשבון בשמים, האם הוא גילה את "פניו" בצורה השלמה ביותר או לא.

המטרה היא לגרום לחניכים לחוש כמה קשה היא העמדת הפנים מתמדת, ועד כמה התחפושת הופכת לעול. ההפך הוא הנכון, אנו נדרשים להיות מי שאנחנו באמת. ה"פנים" שלנו, הם מה שהי מבקש מאיתנו, ולא של אחר חלילה.

לסיכום, ראינו כי יש לנו נטייה לעתים להתחפש לאחר, נזכיר את הבעיה הזו לחניכינו, וננסה לחשוב יחד איתם איך זה שאנו רוצים להיות משהו אחר כדי שיאהבו אותנו יותר או שיהיו לנו יותר חברים. אך בעצם, מי שאנחנו, עם המעלות והתכונות שלנו, הם העיקר ואיתם אנו עומדים מול ריבוננו של עולם.



הביצה שהתחפשה / דן פגיס



היה היתה ביצה שלא רצתה להיות ביצה. מפני שלא ידעה: לא לעמוד, לא לקפוץ ולא ללכת וכל הזמן רק מתגלגלת ומתהפכת.

פגשה הביצה כדור פינג-פונג. "אנחנו כל כך דומים" אמרה לו, "שנינו עגולים ולבנים, בוא נתגלגל יחדיו". אבל הכדור היה

ריקן וגאווותן "אני קופץ, אני רץ ואת רק מתגלגלת!" אמר וקפץ מעל לביצה הנבהלת. פגשה הביצה בלון. "אנחנו כל כך דומים" אמרה לו, "שנינו עגולים, בוא נתגלגל יחדיו" אבל הבלון היה מנופח ורודף רוח ובכלל לא רצה לענות. הוא נמשך לו למעלה ופרח לו משם והלאה.

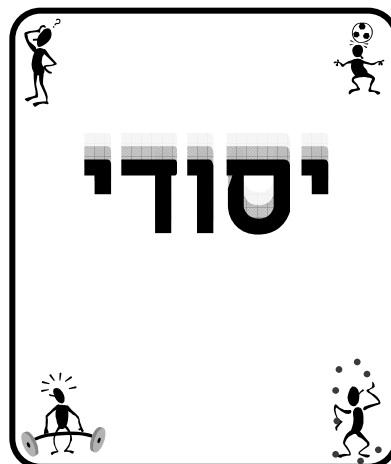
נתגלגלה הביצה לבדה וחשבה לה: "מה אפשר לעשות? מה עוד אפשר לנסות? איזה צורה מוזרה יש לי, ממש צרה צרורה! האם בכל העולם לא אמצא לי חבר?" פתאום היה לה רעיון נפלא: היא תתחפש למשהו אחר!

התחפשה לפרח אדום: צבעה את פניה בצבע אדום, הדביקה סביבה עלים כחולים וזהו! "איזה פרח משונה" אמרה ילדה, "הוא חלק ובכלל אין לו ריח, הוא בכלל לא פורח!" "הוא סתם ביצה" אמר לה ילד אחר ושניהם הסתלקו בריצה. עכשיו התחפשה הביצה לפטרייה, אמנם שמנומנת, אבל נחמדה מאוד. עמדה לה בצד, קצת נפחדת. הפטריות הביטו בה בתימהון: "הפטרייה החדשה יש לה קליפה קשה ורגל עבה מתנדנדת!". וכך הבינה הביצה שלביצה קשה לחיות, אם היא רוצה להיות לא היא, אלא אחת הפטריות.

בכל זאת ניסתה מחדש: התחפשה והנה היא כד! התקשטה בפסים, הדביקה לעצמה צוואר ושתי ידידות וזהו, אבל חתול שעבר שם שאל: "מה זה, האם אתה כד? אין לך פתח ובכלל אי אפשר לשמור בכך חלב", מה אפשר לעשות? התחפשה הביצה לליצן, חבשה מצנפת עם גדיל וציירה על עצמה (לפי הסדר) גבות, עיניים, אף וצחוק. "אינך מצחיקה" אמרו לה "מכירים אותך מרחוק". ניסתה הביצה תחפושות אחרות. התחפשה לסל, לשעון ולתפוח ואפילו לסתם מעגל מצוייר בגיר על הלוח. אבל שום דבר לא הועיל. בכל פעם הכירו אותה מיד, "את סתם ביצה מחופשת" אמרו לה.

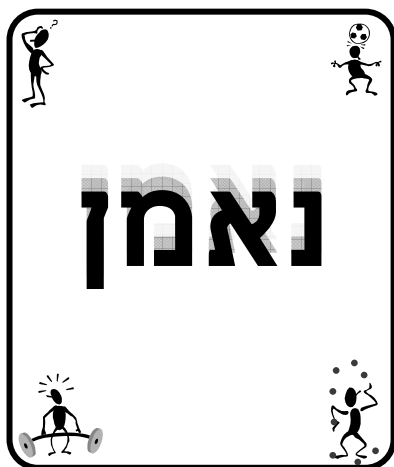
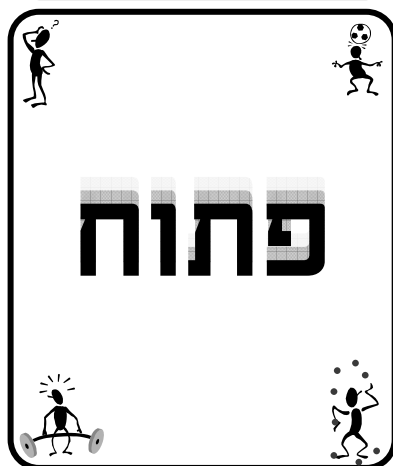
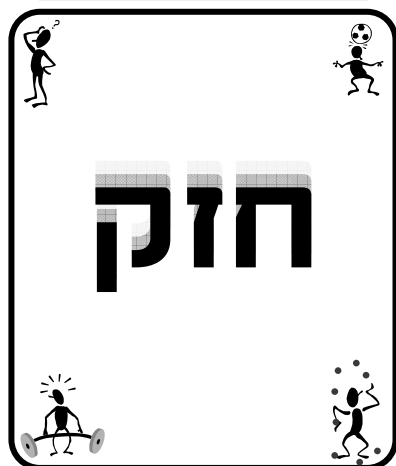
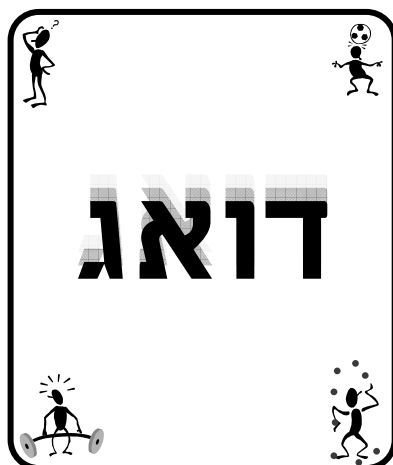
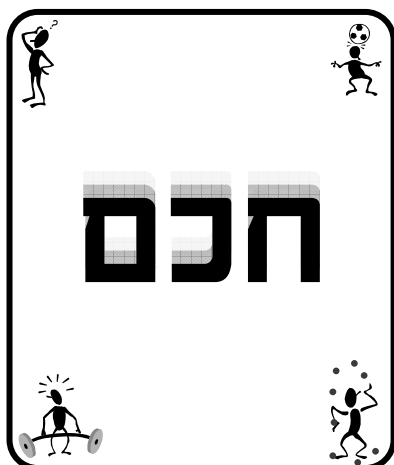
גם התרנגולת הכירה אותה "איפה היית ביצתי שלי? כבר מזמן רציתי לשבת עליך, לדגור כמובן".

"אמא, איני רוצה" אמרה הביצה, "תני לי להתגלגל בעולם". "אולי בפעם אחרת" אמרה הדוגרת, "ועכשיו תעשי בדיוק כמו כולם". וכבר דגרה עליה. פתאום היתה הביצה בחום בחושך והיתה מוכרחה להמתין אבל למי? יום אחד היתה לה הרגשה מוזרה - משהו נע בה, וזו בה, וזו בה. "אמא", ולא שקטה ולא השלימה, "אני כבר לא אני", צייצה, "אני כבר לא אני! אני כבר לא ביצה! משהו מנסה בי לבקוע, לפתוח, לפרוח!" "כמובן", אמרה אמא, "כמובן, סוף סוף אתה אפרוח!".











מלך הכיתה לא מאושר



"מלך הכיתה לא מאושר" מספרת נעמה כהן, 35, מנהלת משרד נסיעות ומלכת הכיתה לשעבר. "אני זוכרת שעשיתי דברים מזעזעים... אני זוכרת שהייתה ילדה בכיתתי, קראו לה אתי, שהייתה ממשפחה שהיה קשה להם לקנות בגדים. אני סתם נטפתי לאיזו אפודה אפורה שהיא לבשה, ואמרתי לכל הילדים שהיא לא מחליפה את האפודה הזו אף פעם ולכן היא ילדה מזוהמת ומלאה בחיידקים. פעם אחת אתי הזמינה את כל הכיתה למסיבת יום הולדת אצלה בבית. אני איימתי על כל הכיתה שמי שיילך – נעשה עליו חרם. יום למחרת אתי לא הגיעה לבית הספר, אבל אמא שלה חיכתה לי בכניסה לבית הספר ואמרה לי שמזוהם זה מי שמעביר מחלות, ואנחנו לא חולים... היא אמרה שאני בכתה יומיים כי אף אחד לא הלך למסיבה שלה. אבל תבינו, גם מלכת הכיתה היא קורבן באיזושהו מקום. גם לי היה מעמד, גם אני הייתי חייבת לשמור עליו, אתי המזוהמת הייתה רק אמצעי בשבילי לשרוד! להיות מלכת הכיתה זה הדבר הכי מתיש! את לא באמת יכולה אף פעם לנוח על זרי הדפנה. כל הזמן הייתי מודאגת מכמה מחמאות אקבל, כמה ילדים יבקשו לשחק איתי. יש משהו סוחט בהוכחה האין סופית הזו, כי את לא באמת יכולה להתרפק ולהתענג על המלכות שלך. אני זוכרת את עצמי חוזרת הביתה, מניחה את הילקוט ומוציאה נשימה עמוקה. זאת הייתה ממש מנוחת הלוחם שלי. כאילו "אוקיי, עשיתי את זה עוד פעם, אבל מה עכשיו?" לקום בבוקר ולשים עליי את הילקוט הייתה משימה קשה, ידעתי שלפניי יום של עבודה מעייפת, של מאמץ והעמדת פנים.

נספח 4:

אמר ר' זושא:

"כשאגיע לבית דין של מעלה, לא ישאלו אותי מדוע לא הייתי משה רבנו,
ישאלו אותי מדוע לא הייתי זושא"





4 < היכרות אמיתית, גם דרך התקשורת!

מטרת הפעולה <

החניכים ייחשפו לזיוף שהתקשורת מזמנת.
החניכים ירכשו כלים על מנת להישאר אמיתיים גם כשמחברים לתקשורת.

מבנה הפעולה <

1. הבנת חלקה של התקשורת בהתחפשות
2. הבנת השלכות ההתחפשות בתקשורת
3. אז איך נשארים מחוברים וגם נשארים אמיתיים?

מהלך הפעולה <

1. הבנת חלקה של התקשורת בהתחפשות.

- מה הכינוי שלי בפורום? עושים סבב בקבוצה ובו כל חניך אומר מה הכינוי שלו בפורום כלשהו, ואם אין לו, אז איך הוא היה קורא לעצמו אילו היה לו.
 - מיהו באמת יניב המגניב? תולים על קירות החדר שלטים שבכל אחד מהם כתוב כינוי של אדם שהופיע בפורום (לדוגמה: יניב המגניב, קרפודני, שיר המלכה, עזראית בנשמה וכו').
 - מחלקים את החניכים לקבוצות, ומבקשים מהם להסתובב בחדר ולהכין תעודת זהות לכל אחד מהאנשים: עיסוק, כישרונות, גיל, מצב משפחתי, עיר מגורים וכו'. (אפשרות אחת היא להשאיר מקום על השלטים כך שהחניכים יוכלו לכתוב ישירות ליד הכינוי. אפשרות שנייה היא לחלק דפים קטנים לכל חניך (נספח 1)).
- הנקודה שאליה צריך להכווין היא להראות באיזו קלות ניתן ליצור זהות שלמה ומלאה שבעצם היא לגמרי שקר, ואין בה לא כלום.

2. הבנת השלכות ההתחפשות בתקשורת

- מקריאים לחניכים תוכן של מייל (נספח 2) שהופץ לאחרונה בקרב מאות אנשים בישראל. המייל פונה בבקשת עזרה לחולה - כל שנדרש הוא להעביר את המייל הלאה.
- לאחר מכן, שואלים את החניכים האם הם מאמינים לתוכן המייל? כיצד היו נוהגים לו היו מקבלים את המייל הזה? לבסוף, מספרים להם מה העלתה בדיקה פשוטה לגבי המייל הזה. (נספח 3)
- חוויה אישית - כעת מזמינים את החניכים לשתף את הקבוצה במקרים דומים שקרו להם. כיצד הם מרגישים עם העובדה שלעיתים מדובר ברמאות?



- שוב, חשוב להדגיש את הרעיון שהקלות שבזיוף יוצרת מציאות נוראית של רמאות ושקרים שמנצלים אנשים תמימים, ומאפשרת לאנשים לברוח מעצמם בלי להתחייב לתת דין וחשבון על מעשיהם.
- המדריך יקריא קטע מתוך יומנו של גדי:

בקרנסי האחרונה אני בדיוק מגלגל עם עצמי לחצי יחסי להורים, אני מרגיש שאני מניע לסניף וכל לי שם אבל בידע עם זה אני לא מגלה להורים שלי יפה ומגחלל אליהם ורוב הוויכוחים זה דגלל שאמא שלי לא רוצה שאני אלך לסניף כי היא חשבה שיש שם חברה שמקללים אוג'... אז החלתי להיכנס לפורום של עצרא ולחג'עץ עם אנשים שם מה לעשות, כמובן שבעולם שם... בערב נכנסתי לפורום ופגאום ראיתי משהו בשם "יוסי הגורח" שכרגע עם זה שהורים שלו מגרדים לזה שהוא ילך לסניף וכו', בדיוק כמו המקרה שלי, והוא מספר שהוא שאל כמה רבנים והם אמרו לו שהוא לא צריך להקשיב להורים, כי הסניף זה דבר ממש חשוב וההורים סגם מפתחים כי הם מהדור הישן ולא מבין מה קורה היום בסניפים. בקיצור, הוא כרגע שאל צריך להג'יחם אליהם. הייתי ממש מופגז ממה שהוא אמר שהרבה אמרו, אבל מאוד רציני לשוחח עם יוסי, הרגשתי שהוא מבין לחמרי מה עובר עליי. חשגתי שזאת הוא יוכל לעצור לי... מצד שני, אני לא יודע מי הוא באמת והאם הוא דובר אמר... נכנסתי לגעוער הזהוג שלו כדי לראות במי מדובר ושם היה כרגע רק "יוסי הגורח". כעס אני ממש לא יודע מה לעשות, אני לא יודע מי הוא והאם מה שהוא כרגע נכון, או שהוא יכול להיות סגם משהו שכרגע מה שזא לו. זה ממש קשה, כי הוא מעלה נוסאים ממש חשובים, אבל אי אפשר ליצור איגו קשר או להגחבר אליו...

- כעת שואלים את החניכים: מהי הבעיה שמעלה גדי? מה חסר לו? מה היה יכול לעזור לו?
- הרעיון הוא להבחין בכך שאנשים פשוט מתחבאים מאחורי דמויות ולא מגלים את ה"פנים" האמיתיות שלהם. החניכים יבינו שבצורה כזו לא ניתן לנהל שיחות משמעותיות באמת.

3. אז איך נשארים מחוברים וגם נשארים אמיתיים?

חשיפה נכונה - למי, מתי, כמה...



תעודת הזהות שלי:

שלוש תכונות טובות שיש בי: _____

שתי תכונות שאני צריכה לשפר: _____

מעשה טוב שעשיתי השבוע: _____

שני כישרונות שקיימים בי: _____

החלום שלי הוא _____

קוראים לי: _____

אני אוהבת לעשות: _____

משמח אותי כש _____

מישהו שאני מעריכה והשפיע עליי _____

קשה לי כש: _____

Send Save Now Discard

To: david_f@gmail.com, yisrael125@walla.com, tammy_95@gmail.com, brachman2j@yahoo.com, leahfri98@gmail.com, backmike@gmail.com,

Add Cc | Add Bcc

Subject: FW: !!!!!!! תעבירו הלאה אנשים בבקשה

Attach a file

B I U F T T Plain Text

< אנא עזרו אני מתחננת !!!!!!!

< לא מבקשים כסף . . . רק לשלוח, בבקשה לא למחוק את ה דוא"ל

< רק לקרוא ולהעביר הלאה

< שמי דניאלה פסקו בת 21 וסובלת מזן נדיר של לאוקמיה(סרטן הדם)

< הסיכוי היחיד שלי הוא השתלת מח עצם, אין לי סיכוי לשרוד בלי השתלה

< עלות הניתוח הוא \$55000, משפחתי גייסה \$32000.

< הארגון שעוזר לי לגייס כספים סגרה עסקה עם AOL and YAHOO והם יקבלו עבורי 0.1 סנט

< עבור כל הודעה מועברת. אני מתחננת לתת לי גם הזדמנות לחיות כמוך!!

< להעביר דוא"ל לוקח רק כמה שניות. אצלי זה עניין של חיים !!!! או מוות ?

< בבקשה תעבירו את הדוא"ל הלאה . . . שה' יעזור לכם כמו שאתם עוזרים לי.

< תודה מראש, דניאלה פסקו

Send Save Now Discard





חיפשי 2-144, השם נתיאסה פסקו לא מופיע. חיפשי גם בחיפוש הפוך ומספר
האפסון הזה נראה לא שייך לאף אחד. באגר "לא רלוונטי" כגוד שמכר
זה מסגור כדר 4-5 חודשים במייל וזה גרעום של מייל שהסגור כדומניה
לא כדור מי ארח לגרעם אג זה... בכל מקרה זה נראה כמשהו לא אמיתי.

אל אחיו

עין אברהם " מעורר לבידור

- על הסגבלות אמיגור בראש לשבאלים, לא דורן גסן חיצוני -





1 < חשיבות החברה והקשרים האנושיים

מטרת הפעולה <

החניכים יבינו את חשיבות החברה והקשרים האנושיים.

מבנה הפעולה <

1. החברה כבסיס להגעה לתוצר משמעותי

2. נחיצות החברה עבור הפרט וצרכיו

מהלך הפעולה <

הקדמה: יחידה זו אמורה לשמש כבסיס ליחידות הבאות. אמנם היא לא עוסקת בעניין העין הטובה, אך חלק מרכזי ממטרתנו החודש הוא שהחניכים יבינו עד כמה עין טובה היא דבר חשוב כדי שהחברה כחברה תוכל להיות טובה ומוצלחת, ועל כן קודם כול עלינו להביאם לידי הכרה בערך החברה וביכולותיה.

מכל מקום כדאי מאוד שנפתח כבר ביחידה זו פתחים המקשרים את העניין לעין טובה, נזרוק הערות שמקשרות בין הצלחת החברה לבין כך שיש עין טובה לפרטים המרכיבים אותה, כדי שבראש של החניכים זה לא יהיה מדי מנותק (אין צורך להרחיב בכך מדי כי בהמשך תהיה פעולה שמיחדת לעניין זה).

1. החברה כבסיס להגעה לתוצר משמעותי

- המסר שאנו רוצים להעביר לחניכים בחלק זה של הפעולה הוא שכוחה ויכולתה של חברה גדולים לאין ערוך מאלה של פרט, דברים רבים שהפרט לבדו ממש לא מסוגל ליצור - החברה תייצר בקלות.
- א. כדי לעורר את תשומת לב החניכים לכך שלחברה יש מרקם עשיר של כישרונות וכוחות שונים בשל היותה כוללת בתוכה אנשים רבים - פותחים במתודה הבאה:
- מפזרים על הרצפה שתי קבוצות דפים, האחת תכיל דפים שעל כל אחד מהם כתוב כישרון כלשהו, והשנייה תכיל דפים שעל כל אחד מהם כתובה תכונה כלשהי (רשימות תכונות וכישרונות תוכלו למצוא בנספח 1). החניכים יצטרכו להסתובב בחדר בין הדפים ולרשום לעצמם על פתק שתי תכונות שהכי מאפיינות אותם ושני כישרונות המצויים בהם.
 - לאחר מכן עורכים סבב שבו המעוניין לשתף את כולם במה שבחר - ישתפם.
 - בעקבות הסבב מסיבים את תשומת לב החניכים לכך שכל אחד מורכב מכוחות שונים לגמרי מחברו, ושואלים: מדוע ה' לא בראנו עם אותם כישרונות ותכונות? דנים עם החניכים על כך שכל



אחד קיבל כוחות ייחודיים שעליו לתרום דרכם את חלקו לעולם, ודווקא על ידי שכל אחד מצטיין ומתאפיין בדברים שונים נוצר מכלול שלם, עשיר ומוצלח, וזה מתאפשר רק בזכות קיבוץ הפרטים השונים לחברה אחת.

ב. לאחר שהבנו שכוח החברה גדול בזכות ריבוי הכישרונות והכוחות שהיא כוללת - נבחר שהכל תלוי בשיתוף הפעולה של הפרטים המרכיבים אותה, על ידי אחד מהמשחקים הבאים:

- מחלקים לכל חניך צבע מסוים שרק לו יהיה מותר להשתמש בו. נותנים לחניכים פלקט ומבקשים מהם לצייר יחד ציור צבעוני מסוים המרכיב כל מיני פרטים שהצבעים שלהם הם הצבעים השונים שסיפקנו בידי החניכים, ובמקביל לכך מספקים לכל חניך דף לעצמו שבו יצייר לבדו עם הצבע שקיבל. משווים את הציור הכללי לציורים האישיים ומגלים שכשמשתפים פעולה וכל אחד נותן את חלקו לכלל - נוצר דבר הרבה יותר שלם וסוגני.
- מחלקים לכל חניך כלי מוזיקה מסוים או ממנים אותו לאחראי על מקצב מסוים או על צליל מסוים, ומבקשים להשמיע את מה שקיבלו בזה אחר זה, ולאחר מכן בתיאום יחד. על ידי כך נעמוד על ההרמוניה שנוצרת רק על ידי שיתוף פעולה בין פרטים שונים בעלי כוחות שונים.

2. נחיצות החברה עבור הפרט וצרכיו

1. חשיבות החברה והקשרים האנושיים מתבטאת בעניין נוסף - תועלת לפרט. כל פרט מהפרטים המרכיבים חברה מקבל ממנה המון! בזכות השתייכותו לחברה הוא יכול ליהנות מתמיכה, ממגוון שירותים ומריבוי כישרונות שקיימים אצל שאר פרטי החברה. על מנת שהחניכים יבינו עניין זה נשחק משחק המראה שהפרט תלוי ונעזר בחברה מאוד:

- מחלקים את הקבוצה לשתיים, ומכל קבוצה נבחר נציג אחד. שני הנציגים מקבלים משימה זהה ומתחרים מי משלימה קודם. המשימה תדרוש שימוש בכל מיני כישרונות וכוחות שלא ניתן למצוא את כולן באדם אחד, כך שהנציגים יהיו חייבים להיעזר בחברי קבוצתם כדי לעמוד בה. הצעת משימה: עורכים במתחם הפעולה מסלול שהנציג יצטרך להגיע לסיומו, ובכל כמה מטרים המעבר יותנה במילוי מטלה כלשהי. למשל, פעם מבקשים שיציירו ציור יפה, פעם שיפתרו איזה תרגיל בחשבון, פעם שיתרגמו משפט באנגלית, פעם שיזיזו משהו כבד שאי אפשר להרימו לבד, פעם שיעברו איזה קטע עם מטפחת על העיניים וממילא הם יצטרכו שמישהו מהקבוצה יובילם, וכדומה. כמו כן מבקשים מחברי הקבוצות שיעודדו את נציגיהם. בתום המשחק מקבילים את היעזרות היחיד בקבוצתו על מנת להצליח במשימה ולסיים את המסלול להיעזרות הפרט בחברה בחיים. מבהירים עד כמה החברה מועילה ליחיד בתמיכתה בו ובספקה לו ריבוי כישרונות וכוחות זמינים.
- על מנת לחדד לחניכים עד כמה אנו תלויים בחברה שלנו ונעזרים בה - מספרים להם על יום רגיל בחייו של פלוני, תוך הזכרת כל מיני אנשים שהוא נעזר בהם: בעל המכולת (וכמו כן



ופניהם איש אל אחיו



החברה המייצרת על שלל עובדיה, ספק הסחורה, וכדומה), תשעת האנשים שיצרו עמו מניין לתפילת שחרית (לא לשכוח את הגבאי שביניהם...) העובד בחברת הדלק, השומר בעבודה, מנהל העבודה, המזכירה, המנקה, וכו' כיד הדמיון הטובה עלינו. העיקר שלפני הפעולה נחליט את מי להזכיר בסיפור ואיך בדיוק לספרו. אפשר לבקש מהחניכים שתוך כדי הסיפור ירשמו לעצמם את כל הדמויות שבהם פלוני נעזר, ובסוף לראות מי מצא הכי הרבה. לאחר מכן מבקשים מהחניכים להתחיל רשימה חדשה שבה הם ירשמו את כל האנשים שבהם הם עצמם נעזרים ביום רגיל בחייהם. זה עשוי להיות חזק מאוד!

רשימת ציוד

✎ קפי כירוגיות

✎ קפי תכונות

✎ פתקים לחניכים

✎ פלסט ריק

✎ כלי מיני צבעים

✎ (כלי מוזיקה שונים - תוף, שולחן, סיר וכלי...)

✎ קפית וכלי כתיבה לחניכים, הקברית, שכתב להכיל לחלק השני של היצירה.



תכונות

שמה	קמצן	כעסן	בלגניסט
עצוב	סבלני	רגוע	חזק
קנאי	חסר סבלנות	עצלן	חלש
חכם	זריז	חרוץ	
נדיב	איטי	מסודר	

כישרונות

שירה	ספורט	כושר הצגה
נגינה	מחשבים	כושר ריכוז
ציור	כושר ארגון	כישרון מתמטי





2 - מהי עין טובה?

מטרת הפעולה <

החניכים יבינו מהי עין טובה.

מבנה הפעולה <

1. עכשיו טוב! מבט חיובי על מה שיש עכשיו (מה שיש בנו, מה שיש לנו)
2. יהיה טוב! אופטימיות הנלאה (לגבי מה שיהיה לנו ולגבי מה שנצליח להיות ולעשות)
3. הווי דן את כל האדם לכף זכות

מהלך הפעולה <

הקדמה: ביחידה זו מטרתנו היא שהחניכים יבינו את פירוש המושג "עין טובה". זוהי משימה לא פשוטה מאחר שמדובר בנקודת מבט שאנו לא תמיד מורגלים אליה, הבאה לידי ביטוי בכמה תחומים. בפעולה זו נתמקד בהבהרת המושג עין טובה ובזיהוי בתחומים השונים וטרם נעסוק בשאלה מדוע העין הטובה כה חשובה ומועילה, זה יהיה השלב הבא בפעולה הבאה.

חשוב למצוא במהלך המערך את הדרך להבהיר לחניכים שאיננו מתכוונים לכך שצריך להתעלם מכך שיש בעולם דברים לא טובים, צריך להיות מודעים אליהם ולטפל בהם, אך יחד עם זאת הגישה היא עין טובה. מסר זה הוא מורכב, לכן כל אחד יצטרך לחשוב כיצד להבהיר זאת לחניכיו שלו.

פתיחה

- פורשים פלקט גדול שבמרכזו כתוב "עין טובה", מבקשים מהחניכים להעלות אסוציאציות למושג ורושמים את כל הדברים שהמושג הזה מזכיר לחניכים.

1. עכשיו טוב

מטרתנו בחלק זה של הפעולה היא שהחניכים יבינו שחלק ממשמעות העין הטובה הוא מבט חיובי על מה שיש.

- מחלקים לחניכים דפים עם תחילת משפטים להשלמה (ראה נספח 1) וכלי כתיבה, ומסבירים להם שאנו עומדים להציג בפניהם כמה דברים ומצבים, והם יצטרכו להשלים בעצמם כל פעם



ופניהם איש אל אחיו



בדף את תיאור הדבר שהוצג על פי ראות עיניהם. הדברים שיוצגו בפניהם הם דברים שניתן להסתכל עליהם בעין טובה ורעה:

1. חצי כוס מים, ובדף כתוב: כוס חצי _____.
2. שואלים: קמתם בבוקר וגיליתם שבחוץ יורד גשם זלעפות. במילה אחת - מהי תחושתכם ביחס לזה? _____.
3. האם אתה תלמיד מוצלח?
 - א. כן, אפילו מצטיין.
 - ב. לא בהכול, אבל אני תלמיד לא רע.
 - ג. אמנם הציונים שלי לא משהו, אבל בספורט אני מקום ראשון!
 - ד. אני גרוע. יש לי מזל שלא משאירים אותי כיתה!

- לאחר שהחניכים חוזרים למקומם הראשון מסבירים שהתשובות השונות עשויות לנבוע מנקודת מוצא שונה - עין טובה או רעה (בזהירות גדולה שלא לתייג חניכים כבעלי עין רעה כמובן), ומבארים שחלק ממשמעות העין הטובה היא להסתכל בצורה חיובית על מה שיש לפנינו, לחפש דווקא את הצד הטוב שבו ובו להתמקד. כמו כן, עין טובה משמעה להסתכל על עצמנו בצורה חיובית, להתמקד במה שאנו טובים ומועילים בו ולהאמין בעצמנו! כל אחד מוצלח, השאלה היא רק במה. אם זוכרים מהיחידה הקודמת כישורים שונים שחניכים שונים אמרו שיש להם - אפשר להזכיר להם זאת עכשיו ובכך להאיר את עיניהם יותר.
- עין טובה על עצמנו: משחקים מסירות (לבנים - אפשר מסירות כדורגל על ידי בעיטות אם מעדיפים) באופן שבו כל מי שהכדור מגיע אליו צריך לציין תחום שהוא טוב בו תוך עשר שניות.

2. יהיה טוב

- מבקשים משלושה חניכים להציג שני מקרים (נספח 2): במקרים מתוארת סיטואציה שבה אני נתקל באתגר ונדרש להחליט האם לוותר מראש באמונה שלא אצליח, לקוות לטוב או להאמין שיש לי סיכוי טוב להצליח. מפזרים בחדר שלושה בריסטולים שעל כל אחד מהם רשומה תשובה אפשרית אחרת והחניכים יצביעו ברגליים לאפשרות בה הם בוחרים.
- לאחר שהחניכים חוזרים למקומם מסבירים שההבדל בין התשובות עשוי לנבוע מנקודות מוצא שונות כבשלב הקודם. מבארים שחלק מעניין העין הטובה הוא האופטימיות - לקוות שבעזרת ה' יהיה טוב ונצליח לעמוד במטרות שונות שנפגוש בדרכנו, ולא לראות שחורות ולחשוש מכישלון.

3. הוי דן את כל האדם לכף זכות

- משתמשים בציורים על מנת להציג מספר מצבים (נספח 3):



1. אדם הפורץ לבית על ידי ניפוץ שמשת החלון. (ניתן לפרש: גנב פורץ לבית, אדם שאיבד את המפתחות שלו ונאלץ לפרוץ לבית של עצמו, אדם שמחלץ אנשים שנלכדו בבית שבו שריפה)
2. ילד עם גביע גלידה בידו לוקח גביע גלידה נוסף מהיד של החבר שליידו. (ניתן לפרש: ילד מפלח לחברו את הגלידה, ילד שומר לחברו על הגלידה)
3. אדם עם בקבוקי שתייה חריפה ריקים רבים מפוזרים סביבו. (ניתן לפרש: שיכור, אדם רגיל לאחר סעודת פורים בביתו, אדם שאוסף בקבוקי זכוכית כדי לתרום את הפיקדון לצדקה).

- בודקים עם החניכים את אופי התשובות שלהם: האם הם נוטים באופן מיידי לתקוף את מי שעשה משהו שנראה להם לא בסדר? האם לאחר דקה של מחשבה הם מסוגלים להעלות אפשרות שאולי עומד מאחורי המעשה מניע שונה ממה שנדמה לנו? האם הם מסוגלים לדון לכף זכות?
- משחקים שוב מסירות, והפעם כל מי שמסרו לו יצטרך לומר דבר טוב על מי שמסר לו תוך עשר שניות.

סיום

- מצטיידים בשקית סוכריות וברשימת משפטים המתאפיינים בעין טובה משלושת הסוגים הנ"ל (נספח 4). מזכירים לחניכים שדיברנו על שלושה אופנים של עין טובה. מקריאים את המשפטים והראשון שמזהה בכל פעם לאיזה סוג של עין טובה משתייך המשפט - מקבל סוכריה. כדי שהחבריה יחשבו קצת ולא סתם יקפצו מיד - אפשר לקנוס את מי שעונה לא נכון!

רשימת ציוד

- ✍ גביע לטחיכה (נספח 1)
- ✍ בריסטולס עם אפסריות כחירה (נספח 2)
- ✍ ציורים (נספח 3)
- ✍ משפטים להקראה (נספח 4)
- ✍ כלי כתיבה
- ✍ חצי כוס מים
- ✍ כמה פריטים להציג עינים
- ✍ כגור
- ✍ שקית סוכריות
- ✍ בריסטולס שגולע שחליו כתוב יעין טובה.



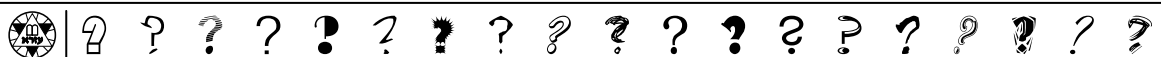
בחן את עצמך!

1. כוס חצי ____.
2. קמתם בבוקר וגיליתם שבחוץ יורד גשם זלעפות. במילה אחת – מהי?
תחושתכם ביחס לזה? ____.
3. האם אתה תלמיד מוצלח?
א. כן, אפילו מצטיין.
ב. לא בהכל, אבל אנ תלמיד לא רע.
ג. אמנם הציונים שלי לא משהו, אבל בספורט אני מקום ראשון!
ד. אני גרוע. יש לי מזל שלא משאירים אותי כיתה!

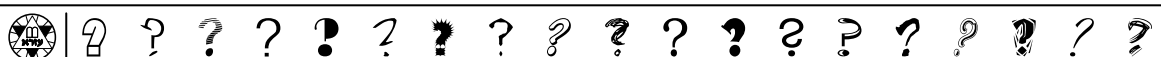
נספח 2:

1. הסיטואציה: חול המועד סוכות, תכננתם כל החבריה ללכת מחר ללונה פארק. בתחזית הערב אמרה החזאית שייטכנו גשמים מחר באזור המרכז...

א. באסה, בטח ירד גשם, הלכה כל התכנית.

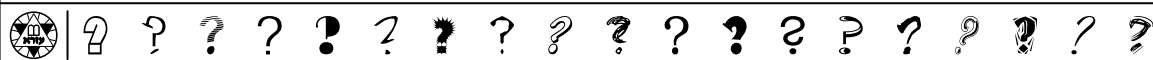


ב. בטח בסוף לא ירד גשם, יהיה בסדר!



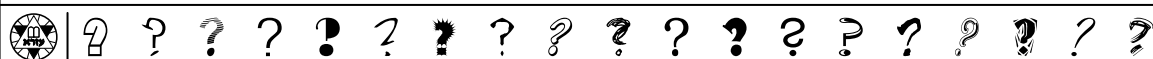


ג. וואי אני ממש מקווה שלא ירד גשם...
נחיה ונראה מה בסוף יהיה.

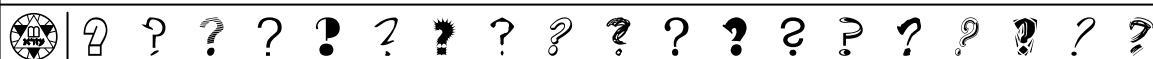
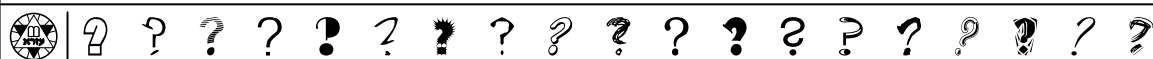


2. הסיטואציה: המורה אמרה שיש להקים ועדת כיתה, וביקשה שהמעוניינים יגישו מועמדות ויסבירו מדוע לדעתם הם מתאימים לתפקיד, והיא תבחר מתוכם את אלו שייראו לה הכי מתאימים. אתה ממש רוצה להיות בועדה. האם תגיש מועמדות?

א. כן, יש סיכוי טוב שאשכנע תימורה ואבחר.



ב. לא, גם ככה לא אצליח לשכנע תימורה..







נספח 4-

1. יש לי תחושה שאצליה במבחן, אני מאמין שאצליח! (יהיה טוב)
2. איזה מזל שהמחשב התקלקל, אחרת אני לא יודע איך הייתי מוצא זמן לקנות נעליים חדשות.
(עכשיו טוב)
3. מן הסתם אריאל לא התכוון שהשוקו יישפך על התיק שלי, הוא פשוט לא שם לב שהשקית החליקה על השולחן... (הווי דן את כל האדם לכף זכות)
4. אמנם בחשבון אני קצת חלש, אבל באנגלית אני מצטיין! (עכשיו טוב)
5. אחותי דיברה אליי בצורה ממש לא יפה. איזו רעה היא! בעצם, יכול להיות שזה בגלל שהיא נכשלה בבגרות שלה בתנ"ך והיא קצת עצבנית... היא בטח לא התכוונה. (הווי דן את כל האדם לכף זכות)
6. איזה באסה שדוד לא יוצא לטיול השנתי! לא נורא. נעשה חיים משוגעים בכל אופן, ונשלח לו תמונות. (יהיה טוב)
7. אין סיכוי שאני אצליח לתפוס את האוטובוס! טוב, אני ארוץ ממש מהר ואנסה. (יהיה טוב)



3 < חשיבות העין הטובה

מטרת הפעולה <



החניכים יבינו מדוע העין הטובה כה חשובה בעולמנו.

מבנה הפעולה <



1. השפעתה החיובית של העין הטובה על החברה ותוצריה והקושי שנוצר בהעדרה
2. השפעתה החיובית של העין הטובה והשפעתה השלילית של העין הרעה על בעליה.

מהלך הפעולה <



הקדמה: לאחר שביחידה הקודמת החניכים למדו לזהות מהי בכלל עין טובה - נצטרך לשכנעם עתה שכדאי להם לאמץ אותה כצורת ההסתכלות שלהם על החיים והמציאות. ביחידה זו מטרתנו היא להבהיר עד כמה עין טובה משפיעה טוב, ולהפך. יש ביחידה הזו חיבור של שתי קודמותיה - היא תבהיר שכדי ליצור חברה טובה ויעילה יש צורך בעין טובה.

1. השפעתה החיובית של העין הטובה על החברה ותוצריה והקושי

שנוצר בהעדרה

נפתח במישור החברתי. כאשר יש לאנשים עין טובה - החברה שהם מרכיבים מוצלחת וטובה בהרבה: בזכות העין הטובה קל לאנשים לעבוד יחד ולשתף פעולה, הם מפרגנים ועוזרים זה לזה וגם הביטחון העצמי שלהם גבוה. לעומת זאת, כשהעין רעה וצרה זה בזה - כל אחד חושש ממשנהו וממילא ביטחונו העצמי יורד וכך יורד גם שיתוף הפעולה בין הפרטים. כדי שהחניכים יבינו את חשיבותם של פרגון וביטחון עצמי - משחקים את המשחק הבא:

- מוציאים שני מתנדבים החוצה. מסדרים מסלול מכשולים מסוים שיהיה עליהם לעבור עם מטפחת על העיניים על ידי הנחיות הקבוצה (או: מחביאים חפץ שיהיה עליהם למצוא על פי הנחיות הקבוצה). את המתנדבים מכניסים בשתי פעמים נפרדות. לפני כניסת הראשון מבקשים מהקבוצה לעודדו כמה שיותר, לעשות לו מורל ולהנחותו הכי טוב שיוכלו. סביר להניח שהוא יעמוד במשימה בכבוד. לאחר מכן, לפני כניסת השני, מבקשים מהקבוצה בקשה הפוכה - לתת לו תחושה שאין כמעט סיכוי שהוא יצליח במשימה ובקושי לעזור לו (לא בצורה שקופה כמובן). קרוב לוודאי שהוא יתייאש ויוותר על הצלחה במשימה.



- שואלים את שני המתנדבים כיצד הרגישו במהלך מילוי המשימה. דנים עם החניכים בסיבת ההבדל בין שני הביצועים ומדגישים שכשעיננו טובה בזולת ואנו מאמינים ותומכים בו - יש לו ביטחון עצמי גבוה וכיף לו לשתף איתנו פעולה. אך כשעיננו רעה וצרה בזולת - קורה ההפך, הוא מתייאש ומרגיש שאין לו סיכוי להצליח.
- מבקשים מהחניכים לשתף במקרה שבו הם הרגישו שבזכות תמיכת החברה הם הצליחו ופרחו, או במקרה הפוך - בגלל יחס שלילי מהחברה הם התייאשו או לא עמדו במטרתם.
- אפשר להקריא את השיר "אוזים" של אגי משעול (נספח 1) ולשאול את החניכים האם לדעתם אגי ניסתה בחייה לגשת שוב ללוח בשיעור מתמטיקה.

2. השפעתה החיובית של העין הטובה על בעליה ומנגד השפעתה

השלילית של העין הרעה עליו

נעבור למישור האישי. הראשון שנהנה מהעין הטובה הוא בעליה עצמו, כי כשעינו טובה - הוא שמח, אוהב, זורם, סומך על עצמו ועל אחרים. כמו כן הוא נהנה מכך שלאחרים נעים להיות בסביבתו. לעומתו בעל העין הצרה הוא הראשון שסובל מחמת עינו זו מאחר שהיא גורמת לו לדאגות ולעצב, לאי אמון בעצמו ובאחרים וכן לכך שלאחרים לא יהיה נעים בסביבתו, מה שעלול לגרום להם להתרחק ממנו. על מנת להמחיש זאת משחקים במשחק הבא:

- מציגים (המדריכים או חניכים שיודעים להציג) מצבים שונים בשתי גרסאות, פעם עם גישה עין טובה ופעם עם גישה עין רעה, ומבקשים מהצופים שיחשבו או שירשמו לעצמם מה הן התחושות הבולטות שקורנות מהדמויות בפעמים השונות. על ידי כך החניכים יגלו שעין רעה גורמת לבעליה לתחושות שעושות לו רע, ואילו עין טובה גורמת לו לתחושות שעושות לו טוב. אפשר כמובן גם לכוונם עם שאלות נוספות כמו: לאיזו מהדמויות הייתם רוצים יותר להתקרב ומדוע, עם מי הייתם חשים יותר בנוח, וכדומה. אם כישרון המשחק שלך ושל חניכך ממש לא בר שימוש - ניתן לספר ולתאר את המקרים במקום להציגם, ולהשתדל שהתחושות יקרנו החוצה בכל זאת. דוגמאות למצבים:

☛ אתה מגיע הביתה בסוף הלימודים רעב לארוחת צהרים חמה ודשנה, ומגלה שאימך

תתעכב עד מאוחר בעבודה מסיבה פתאומית שצצה, כך שאין ארוחה מוכנה...

☛ יצאת עם הקייטנה ליום בריכה, וכרגיל - הבנות ראשונות במים... (לבנות - הפוך כמובן)

☛ הבוס מטיל עליך משימה לא פשוטה שכלל לא בטוח שתצליח למלא.

- אפשר להוסיף ולספר סיפור על שני תלמידים שהגיעו לבית ספר חדש, עם נקודות מבט שונות לחלוטין. האחד ראה הכל בעין רעה (את התנאים, החברים, המורים...), וכתוצאה מכך כל דבר שלא היה רגיל אליו גרם לו סבל ועצבות. הוא היה מתלונן המון, מה שגרר אי הצלחה בלימודים



ואי יצירת קשרים חברתיים (גם לא רצו להתקרב אליו מאחר שבכל מקום שהיה השרה עצבות...). השני לעומתו ראה הכל בעין טובה - שמח בהכול, הרבה לשבח את סובבו ואת סביבתו, ובעקבות כך נקשר למקום ולאנשים, אהבו אותו, והוא הצליח בכל מה שפנה אליו (או כל סיפור אחר כיד הדמיון).

- מבקשים מהחניכים להיות כנים ולהגיד איזו מהדמויות הם בדרך כלל ממלאים - הדמות בעלת העין הטובה או הרעה. בודקים איתם: האם חשתם פעם את ההשלכות של צורת ההסתכלות שלכם? האם רציתם פעם לנסות ולשנות אותה?
- לסיום קוראים עם החניכים את הקטע "תהיה גבר, תשתוק" (נספח 2) אשר ממחיש כיצד מי שפוגע באחרים הוא הראשון להיפגע מכך.

רשימת ציוד

✎ מכשולות לאסלסול מכשולות

✎ מטפחות

✎ (פתקים וכדאי כתיבה לא חזית)

✎ כמה פריטים להציג איתם

✎ קטרי ילוצים





אווזים / אגני משפול



אפשטיין, המורה שלי למתמטיקה,
אהב להוציא אותי ללוח.
אמר שהראש שלי מתאים רק לכובע.
אמר שציפור עם שכל כמו שלי
הייתה עפה אחורה.
שלח אותי לרעות אווזים.
קופאים רגע דום
מתחת לרסיסי המים
שאני מתיוה עליהם
מן הצינור,
זוקפים את ראשם וגופם
נמתח אז כזוכר
אגמים רחוקים.

עכשיו, במרחק שנים מן המשפט הזה,
כשאני יושבת תחת הדקל
עם שלושת האווזים היפים שלי,
אני חושבת שאולי הרחיק אז לראות,
המורה שלי למתמטיקה,
והצדק היה עמו.
והצדק היה עמו.
מאז מת כבר המורה שלי למתמטיקה
ומתו גם בעיותיו שאף פעם
לא עלה בידי לפתור.
אני אוהבת כובעים,
ותמיד בערב
כשהציפורים חוזרות אל תוך העץ,
אני מחפשת את זאת שעפה אחורה.

כי אין מה שמשמח אותי יותר
מאשר לראות אותם כעת
עסים על הלחם המפורר,
מכשכשים בזנבם השמח,

מתוך המוסף "ספרות ותרבות",

עיתון הארץ, 24.11.2006



תהיה גבר, תשתוק

אירי חזר הביתה עצבני וכועס. כועס כל כך עד שלא היה מסיגל בכלל לדבר. כשכבר הצליח להוציא מילה מפיו אפשר רק היה להבין שהוא כועס מאוד מאוד על מישהו. "אני אראה לו מה זה!" אמר אירי כמה דקות אחר כך. "למי?" התעניינו כולם בדאגה. "למעצבן הזה, לטיפש הזה..." אני אראה לו מה זה. אני אחזיר לו. אני אנקם בו. אני



אעשה לו יותר גרוע ממה שהוא עשה לי." "למי?" שאלו כולם שוב, הפעם בדאגה כפולה. "לדודי המעצבן, שהעז להשפיל אותי בפני כל הכיתה. אני אראה לו מה זה." "וואי" אמרה אבא, "זה נשמע שאתה ממש כועס". "כן, אני ממש כועס, מעוצבן, מרוגז, ובעיקר מושפל. אני מאחל לו את כל הרע שבעולם. אני אשמה אם יקרו לו כל הדברים הגרועים והנוראיים שיכולים לקרות לבן אדם. אני עוד אתנקם בו, אתם תראו" חתם אירי בכעס. אבא הניח יד חמה ואימהבת על כתפו של אירי שעדיין רטט בכעס, והיביל אותו אחריו אל חצר הבית. על אחד מענפי עץ הזית הגדול שבחצר תלה אבא חולצה לבנה, והגיש לאירי שק מלא פחמים, "קח את הפחמים ותשליך על החולצה. תחשוב שזה דודי. תורוק את הכול עד חתיכת הפחם האחרונה, תקרא לי כשאתה מסיים". אירי, מלא באנרגיות שליליות, ניגש אל השק הגדול, לקח בידו פחמים והשליך על החולצה הלבנה במרץ. אחד אחרי השני, בועם ובכעס, הוא דמיין את דודי תלוי על העץ, וזרק בכל הכוח. הוא לא תמיד הצליח לקלוע, החולצה היתה קצת רחוקה ויכולת הקליעה למטרה שלו הייתה טעונה שיפור, אבל הוא לא התעייף גם כשהשק היה כמעט ריק, והמשיך להטיח את הפחמים בחולצה הלבנה שהחלה לקבל סימנים שחורים מכוערים. כשהשק התרוקן, נשם אירי לרווחה, התיישב על ספסל העץ וקרא בקול חלש "אבא, סיימתי". "ואיך אתה מרגיש עכשיו?" שאל אבא. "כואבות לי הידיים, אבל נראה לי שהצלחתי לקלוע כמה חתיכות יפות על החולצה. הנה תראה את הכתמים. הייתי שמח אם זה באמת היה דודי בעצמו". "ועכשיו, בוא איתי" אמר אבא והיביל את אירי אל המראה הגדולה שבסלון הבית. אירי עמד מול המראה המום, הוא היה כולו שחור משחור, בגדיו, ידיו, ואפילו פניו, רק ארובות עיניו נותרו בהירות. "אני יותר שחור מהחולצה!" אמר אירי בתסכול. "נכון", הגהן אבא בראשו, "זה מה שקורה למי שמלכלך". "כשאתה מקלל מישהו, כשאתה גוהג בו בגסות ובפוגעניות, בעלבון ובהשפלה - אתה אולי מצליח לפגוע בו ולהשפיל אותו, ללכלך אותו. אבל אתה עצמך נפגע הרבה יותר, אתה מתלכלך הרבה יותר ממני. תחשוב על זה!"



4 < איך עובדים על עין טובה

מטרת הפעולה <

החניכים יסגלו לעצמם עין טובה.

מבנה הפעולה <

1. המחשת צורת הסתכלות של עין טובה

2. תרגול עין טובה עם החניכים

מהלך הפעולה <

הקדמה: הגענו לפעולה האחרונה. בפעולות הקודמות דיברנו על חברה, על מהות העין הטובה ועל הנחיצות שלה לחברה ולפרט. רצוננו הוא להוריד את הרעיון למעשה, להראות שניתן באמת לסגל לעצמנו נקודת מבט של עין טובה על המציאות ולהתחיל לעבוד על זה ביחד.

1. המחשת צורת הסתכלות של עין טובה

- מחלקים לחניכים שני קטעים מהספר "יום מרגיז - יום עליז" (נספח 1) המתארים את אותו היום בחייו של ילד פלוני, משתי נקודות מבט הפוכות: פעם של עין טובה ופעם של עין רעה. מבקשים משני חניכים לקרוא על היום הראשון (האחד יקרא את התיאור העליז, ומשנהו - את התיאור המרוגז), ומשני חניכים נוספים לקרוא באותו אופן על היום השני. דנים עם החניכים בשאלה מה גרם לאותו יום להראות כל כך שונה בשתי ההסתכלויות ועל כך שאפשר לבחור להסתכל על העולם בגישה החיובית.
- מזכירים לחניכים דרך מה שראינו בקטעים מהספר ובכלל מתוך מה שלמדנו בחודש האחרון - עד כמה העין הטובה חשובה וכמה טוב היא עושה, ומצד שני - כמה קשה כשהיא איננה.

2. תרגול

- מחלקים את הקבוצה לשלוש תתי קבוצות (או לשתיים - תלוי בכמות החניכים). כל קבוצה מקבלת מצילתיים, פעמון או כל דבר אחר שאפשר להשמיע איתו צליל ברור במהירות, ומסתדרת בטור. לעולם מי שיעמוד ראשון בטור יאחז במצילתיים. בידינו תהיה רשימת משפטים (נספח 2) המתארים מצבים שונים שניתן להסתכל עליהם בקלות בעין רעה, ונקריא בכל פעם את אחד המשפטים. שלושת נציגי הקבוצות (=ראשי הטורים) יתבקשו לחשוב כמה



וכניהם איש אל אחיו



שיותר מהר על נקודת עין טובה שאפשר למצוא במצב המדובר, והראשון שיעלה לו רעיון - יצלצל ויאמר מה היה רעיונו (אל תקבלו רעיונות מגוחכים! שיחשבו קצת...). הקבוצה שנציגה חשב ראשון על רעיון תקבל נקודה (מומלץ להביא פלקט גדול ועליו לערוך טבלת ניקוד) והנציגים יתחלפו (הקודמים יעברו לסוף הטור). אפשר לתת גם לחניכים שרוצים להעלות מצבים באופן זה. הקבוצה המנצחת תקבל איזשהו ציפור (שימו לב לתגובת חברי הקבוצה השנייה! האם הם קיבלו זאת בעין טובה או שלא כל כך? דברו איתם על זה. אחר כך אפשר להביא גם להם פרס תנחומים אם רוצים).

- משחקים את משחק האצבעות: מתיישרים במעגל וכל אחד מניף יד פתוחת אצבעות. על פי הסדר כל אחד אומר דבר טוב שקרה לו (בחיים/ השנה/ השבוע... איך שתחליטו), וכל שוכני המעגל שזה לא קרה להם בפרק הזמן הזה - יורידו אצבע אחת. האחרון שנשאר עם אצבעות מורמות הוא המנצח.
- אפשר להשמיע ברקע את השיר "תשמח" של יוסף קרדונר (מתוך הדיסק "סימנים בדרך") או לחלק את מילות השיר (נספח 3).
- בוחרים דמות כלשהי שמוכרת לכל החניכים (מישהו מהסניף או מפורסם כלשהו) או חפץ, או ציור שבו פרטים רבים, ועורכים תחרות: מציאת כמה שיותר דברים טובים בדבר שבחרנו.
- יוצרים עם החניכים מעין עיתון שסקירתו את המאורעות כולה בעין טובה. איך עושים זאת? כל שנים-שלושה חניכים יקבלו איזושהי ידיעה מהזמן האחרון (אפשר גם להמציא אם רוצים) ויצטרכו לסקור אותה מנקודת מבט של עין טובה וליצור כתבה. אפשרי שיעשו זאת בזמנם החופשי או בזמן שנקציב לכך בסניף. המדריך ירכז את הכתבות וייצור עיתון שיחולק לחברי הקבוצה בשבת ארגון. ניתן כמובן לחלק עותקים נוספים לשאר החברה בסניף, למרכזת וכדומה, זה ייצור גאוות יחידה אצל החניכים ויגרום לחניכים אחרים בסניף לדבר על הנושא.

רשימת ציוד

- ציטוטים מהספר
- פלקט וטוף
- 3 מציטוטים וכדוי
- ציפורים גבוליים
- קפים וכלי כתיבה לחניכים
- לשוניות - עם השיר יתחלפו





יום מרגיז יום עליז

1) (מרגיז:) יום רביעי שעבר היה יום מרגיז מאוד, מהרגע בו פתחתי את עיניי בבוקר עד הרגע בו עצמתי אותן בלילה. בעצם, זה התחיל עוד לפני שהתעוררתי. כל הלילה קפאתי מקור: החלון משום מה היה פתוח, והשמיכה החליקה ממיטתי בלי הרף. ואז החל לרדת גשם... טיפות אחדות העזו לחדור לחדרי מבעד לחלון ולהרטיבני. נזכרתי בטיול השנתי הבלתי מוצלח, כאשר סופת גשמים תקפה אותנו בעוד אנו לנים באוהלים. ואם לא היה די בכך, אמא העירה אותי עשרים דקות מאוחר מהרגיל, בקושי הספקתי לומר "מודה אני" וליטול ידי. אמא לא ויתרה על סידור המיטה, וכשעמדתי לצחצח את שיניי גיליתי כי מאום לא נשאר מכל משחות השיניים הטעימות, מלבד זו של אבא, ולה – טעם של תרופה. אוף!

(עליז:) יום רביעי שעבר היה יום עליז במיוחד מהרגע בו פקחתי את עיניי עד הרגע בו עצמתי אותן בלילה. בעצם, זה התחיל עוד לפני שהתעוררתי. חדרי היה נעים ואוורירי מפני שאמא השאירה למעני את החלון פתוח. באמצע הלילה החל לרדת גשם, וטיפות שובבות עפו וחדרו מבעד לחלון: טיף טף, ליטפו את פניי. הן הזכירו לי את הטיול השנתי הבלתי נשכח בו נקלענו לסופת גשמים – איזו חוויה זו הייתה! ואז ציפתה לי הפתעה נוספת: אמא העירה אותי עשרים דקות מאוחר מהרגיל, כלומר הרווחתי עשרים דקות של שינה עריבה! אמרתי "מודה אני" ונטלתי ידיים בנחת. התלבשתי במהירות ועמדתי להתרחץ, משחת השיניים האהובה עליי אזלה, והשתמשתי בזו של אבא. עליי להזכיר לאמא לקנות את המשחה בעלת הטעם הטוב! סידרתי את מיטתי עוד לפני ארוחת הבוקר. אני אוהב לעשות זאת בדרכי שלי, כשהפיזימה מקופלת ומונחת מתחת לכר.

יום מרגיז יום עליז

2) (מרגיז:) כמובן שבארוחת הבוקר שוב הוגשה דייסה. והרי אמא יודעת שאני שונא דיסה! בר מזל הייתי אפוא שלא נותר לי זמן לאכול, כי השעה הייתה כה מאוחרת. אמא הכינה בעבורי צידה לדרך – עוגת אגוזים. מראש ידעתי שהיא תתפורר לי בין האצבעות ואני אגוע ברעב עד הצהרים. קייתי שלפחות בכריך של ארוחת עשר אמצא ממרח טעים יותר, ולא סתם אגוז! גשם המשיך לרדת בשעה שהלכתי לבית הספר. נאלצתי ללבוש את מעיל הגשם הצהוב, המצחיק. לכל חבריי יש שכמיה מיוחדת לגשם, ורק לי מעיל צהוב. גם ערדליים חייב הייתי לנעול. האם ניסיתם פעם לרוץ לאוטובוס בזוג ערדליים מסורבלים? הרגשתי כמו ברווז צהוב המדדה ברחוב. איזו התחלה אומללה ליום חדש!

(עליז:) דייסה טעימה וחמה הוגשה לנו בארוחת הבוקר, אך השעה הייתה מאוחרת ולא נותר די זמן לאכול הכול. אמא הכינה לי פרוסה עבה מעוגת האגוזים לבל ארעב. המ... מ... מ... עוגת האגוזים של אמא היא מעדן! ציפיתי בחוסר סבלנות לראות מה הכינה בתיקי לארוחת עשר. אפילו בכריך רגיל כמו לחם ואגוזון מוסיפה אמא תמיד עוד משהו מפתיע וטעים. גשם המשיך לרדת כשעזבתי את הבית, וסופסוף יכלתי לחדש את מעיל הגשם הצהוב והמיוחד שלי. לשאר הילדים בכיתה יש רק שכמיות לגשם, ולי – מעיל! גם את ערדליי נעלתי. כה משעשע לרוץ לתחנת האוטובוסים בעודך מקפץ כברווז בערדליים. לאורך כל הדרך צחקתי!!



-
- ← הכיתה השנייה תפסה את המגרש לפנינו.
 - ← שוב שברתי בטעות צלחת מהסט האהוב על אמא תוך כדי שטיפת הכלים.
 - ← ראיתי את יוסי זורק לפח עטיפה של ממתק לא כשר!
 - ← נפל לי הפלאפון למים בטיול.
 - ← המורה אמרה שצפוי מבחן קשה באנגלית.
 - ← שמתי לב ששלומי מאחר לתפילת המנחה באופן כמעט קבוע.
 - ← זה כבר היום השלישי ברצף שאמא מגישה לארוחת צהרים שניצלים ואטריות.
 - ← הטיול השנתי נדחה בעקבות עומס חום בלתי צפוי.
 - ← כמעט כל התפוחים שאבא קנה רקובים.
 - ← אמי קנתה לשני אחיי חולצות חדשות, ורק לי לא קנתה כי בגודל שלי היא לא מצאה.
 - ← כשנכנסתי לחדרי מצאתי לתדהמתי הרבה את אחותי מחטטת לי במגרה!
 - ← שבוע הבא תהיה בשיעור ספורט ריצת קילומטר עם מדידת זמן עם השתתפות חובה. פעם שעברה היתה לי פדיחה כי הגעתי אחרון...
-





"תשמח" / יוסף קרדונר

תשמח, אל תראה רק את הרע
תשמח, תמצא את הטוב
כי גם ברע יש דבר נסתר
חפש ומצא את הטוב

תשמח, אל תראה רק את הרע
תשמח, תמצא את הטוב
כי בכל אדם יש דבר נסתר
חפש ומצא את הטוב
וגם כך יש דבר נסתר
חפש ומצא את הטוב

תשמח!! יש תקווה ידידי
תראה סימנים בדרך
תשמח! כי לכל יהודי
יש חלק לעולם הבא



"תשמח" / יוסף קרדונר

תשמח, אל תראה רק את הרע
תשמח, תמצא את הטוב
כי גם ברע יש דבר נסתר
חפש ומצא את הטוב

תשמח, אל תראה רק את הרע
תשמח, תמצא את הטוב
כי בכל אדם יש דבר נסתר
חפש ומצא את הטוב
וגם כך יש דבר נסתר
חפש ומצא את הטוב

תשמח!! יש תקווה ידידי
תראה סימנים בדרך
תשמח! כי לכל יהודי
יש חלק לעולם הבא



מדריך למדריך

העשרה והעמקה לאגזויכים





מה זה בעצם המדריך למדריך?!

מטרת החודש ארגון, היא בראש ובראשונה להעביר תהליך חינוכי את הקבוצה. כדי להעביר תהליך חינוכי, עלינו להיות כאלה שמסוגלים להציב דוגמא אישית, להוות מודל שלא רק מדבר על הנושא, אלא בעיקר חי אותו. לשם כך, הוספנו את "המדריך".

במדריך תמצאו שני דברים :

- א. דף טיפים - החוברת מצריכה עיבוד והתאמה של החומר על מנת שיתאים לכם כמדריכים, ולקבוצה שלכם (עם התייחסות רלוונטית גם לסניפי המח"ר). בדף הטיפים ישנם כיוונים רעיונות והנחיות לאיך עושים זאת נכון.**
- ב. מאמרים להעמקה ולימוד עצמי.** כדי להעביר את הנושא טוב ונכון, חשוב מאוד שנדע אותו הכי טוב שאפשר. שנעמיק בו בעצמינו, שנחשוב עליו מכמה שיותר זוויות, גם אם לא את כולם נעביר לחניכינו. אבל ישנו הבדל תהומי בין מדריך ששוחה בחומר, שולף כל הזמן דוגמאות, יודע להסביר למה כל דבר קורה, לבין מדריך שיודע רק את מה שכתוב בפעולה. נכון, זה דורש מאיתנו חשיבה ומאמץ. אך אם אנחנו מאמינים בחינוך, עלינו להציב מודל מול החניכים, ולהיות כאלה שלא רק מדברים על הנושא, אלא בעיקר חיים אותו. במהלך העבודה על החוברת הגענו לעשרות מאמרים ונושאים שקשורים את הטובים ביותר צרפנו כאן, ואנו ממליצים בחום לקרוא אותם, כהעשרה למדריך.



דף טיפים לשם מה?

יש לשער כי לאחר מעבר מהיר על החוברת, ישנו סיכוי סביר שנמצא בה פעולות ש"לא קשורות לחניכים שלנו", חלק מהקטעים ייתכן ויראו "גבוהים מדי" או מתודות ש"ממש לא מדברות לחניכים שלי"...

בכל מיני מקרים נמצא את עצמנו שואלים את השאלה "איך מחלקים קבוצה של 4 חניכים ל3 קבוצות"...

התמודדות עם בעיה

כשאנחנו ניצבים בפני בעיה, עומדות בפנינו שלוש אפשרויות:

1. להתעלם ממנה - להעביר את הנושא כמו שהוא - רעיון לא טוב... כשאנחנו מעבירים משהו

שלא מתאים לחניכים שלנו, לא רק שאנחנו לא מצליחים להעביר את הרעיון, אנחנו גם הורסים את הפעולה והופכים אותה למשעממת...

2. להיכנע לה - לוותר מראש ולעשות משהו אחר. גם רעיון לא טוב... - אני שוב מוותר, ולא מעביר לקבוצה שלי את הנושא...

3. כמובן, כאן מגיעה האפשרות השלישית - **לפתור את הבעיה - להתאים!**

צריך לזכור - משהו אחר כתב את הפעולות האלו. כשהוא כתב אותן, הוא חשב על חניכים אחרים - לא רק על החניכים שלכם, ועל מדריכים אחרים - לא רק עליכם! כך שבצעם לא בדיוק עשו בשבילכם את כל העבודה...

העבודה שנוותר

לכל אחד מכם נותרה משימה - לקרוא היטב את החוברת: המטרות, הפעולות, המתודות, הסיפורים והמאמרים - ואחר כך לחשוב: למה אני מתחבר, באילו מסרים אני מעדיף להתמקד ובאילו פחות, איזה מתודות מתאימות ועל אילו קטעים עדיף לוותר...

מדריכי המח"ר

וביחס אליכם, מדריכי מח"ר יקרים - **לעתים** - יש לנו נטייה לחשוב שכל דבר בעל עומק - בהכרח גבוה מדי בשביל החניכים שלנו, ולכן הרבה פעמים אנחנו מעבירים להם פעולות ברמה של כיתה א', ומסרים שהגגנת כבר לימדה אותם בגן. נכון, צריך להתאים את הפעולה לשטח - אבל לפני שאנחנו ממהרים להוריד את הרמה, חשוב שנאמין **בחניכים ונצפה ונדרוש מהם ליותר!** העובדה שהם חניכים בסניפי המח"ר לא אומרת שהם לא מסוגלים להתמודד עם תכנים משמעותיים שמועברים בצורה נכונה, אלא להיפך! תפקידנו לקדם אותם ולהציב להם רף גבוה. אז קודם כל - **אמונה!!!**

בקיצור, מה שכולנו צריכים לעשות זה - **להתאים את הפעולה לעצמך ולחניכים שלך.**

אז איך עושים את זה...?



1. **להתאים מתודות.** כשכתוב בפעולה שצריך להקריא מאמר, אפשר לקחת את המאמר ולהסביר אותו במילים שלנו, או לעשות עליו הצגה, או לשכתב במילים שלנו וכל חניך יקריא חלק. כשיש שאלות או חידון, אפשר לתת מאגר תשובות שמתוכם החניכים צריכים לבחור את התשובה הנכונה. יש אינסוף מתודות ודרכים להעביר פעולה, חשוב לבוא עם ראש גדול ויצירתיות, ולדעת להיעזר באנשים הנכונים, אם קשה לנו.
2. **לפשט מסרים.** כשכתוב במטרת הפעולה מסר גדול, להפוך אותו למשהו שנוג לחיים שלהם - מה זה אומר עלינו? איך אנחנו רוצים שהעולם ייראה? איזה דברים שונים קיימים בעולם שצריך להבליט, ולכן צריך ללכת עם הכוחות האלו?"
- לא מאבדים את התוכן, רק לוקחים משהו שנשמע מורכב ומתאימים אותו לחניכים שלנו.
3. **חשוב מאוד לקרוא את כל המערך-** כולל מטרות, מאמרים, נקודות לדיון וכו'... כשקוראים כל פעולה- אחרי קריאת המטרה צריך לקחת כמה דקות ולחשוב עליה, לפני שקוראים את המהלך, כדי שנוכל לחשוב ב"ראש נקי" איזה אסוציאציות המטרה הזו מעלה בנו...
4. **תוך כדי קריאה,** מומלץ מאוד **לסמן בצד נקודות חשובות** שהייתי רוצה להתמקד בהן! גם כאלו שלא כתובות בחוברת ועלו לי תוך כדי קריאה...
5. **לחשוב על החניכים שלי-** מה מתאים להם מבחינת הגיל, האופי וכו'- אילו מתודות ורעיונות ידברו אליהם יותר ואילו פחות...
6. **כתיבת עמוד שדרה של הפעולה/ המהלך**
7. **להכין מגוון מתודות,** סיפורים והצגות שיהיו "בכיס" כדי שנוכל להיות גמישים... לא רק כאלו שכתובים בחוברת- אפשר להיזכר בדברים שהעבירו לנו ונהנינו מהם!!
8. **נחשוב על דרכים ליצירת קשר בין הפעולות השונות** שעוסקות באותו נושא (בחודש ארגון), וכן נקשר אותן גם לפעילויות השונות- צביעת קיר, הופעות, עלון וכו'...)
9. **מדריכי המח"ר -חשוב להתאים גם שפה.** הרבה פעמים אנחנו מדברים על דברים פשוטים בשפה של "דוסים", ולרוב זו שפה שלא כל כך מדברת אל החניכים שלנו. יכול להיות שהמסר והמתודה יהיו ממש מתאימים, אבל בגלל המילים שבחרנו להשתמש בהם, או שהחניך לא יקלוט על מה אנחנו מדברים, או שלא ירצה לשמוע בכלל. לדבר אליהם ולא מעליהם.

בהצלחה!

מזרין למזרין

אנוסל מאמרים להעמקה בנושא





תוכן המאמרים

229	במה אפשר להעמיק? - תוכן מורחב על כל מאמר
231	ספר [על] הפנים הרב יהושע שפירא
233	דופקים בדלת < תמיר ליאון
243	דיגיטמבלים
249	מפגשי אמת. אדם - אדם.
251	סטטוס אחרון
255	אלף בית
257	ביידיש זה נשמע יותר טוב
	"אס אם אסית"



כמה אפשר להעמיק? - תוכן מורחב למאמרים

1. **"ספר על הפנים" הרב יהושע שפירא** - מאמר שעוסק בפייסבוק. המאמר מציף כמה נקודות ביחס לשימוש בפייסבוק, ועל הכח שהוא הולך וצובר. (אולי אפילו יהווה תחליף לתנועות הנוער?...?) הרב יהושע שואל האם זו צריכה להיות ה"חברה שלנו", בוחן את הנזק שזה גורם למעגלים החברתיים הרגילים שלנו ועוד. המאמר מציף את ההשפעה של הפייסבוק על הזוגיות.
2. **דופקים בדלת** המאמר סוקר את התופעה המתקראת "דור המסכים" בשלל גוונים וצורות - משחקי מחשב, מסכי מחשב, פלאפונים ועוד. במאמר יש הרבה דוגמאות של התופעה בצבא, בבתי הספר, בתנועות הנוער, ועוד.
3. **"דיגיטמבלים"** מאמר שפורסם בעיתון כלכליסט. במאמר נידונה ההשפעה של האינטרנט על מבנה המוח שלנו (המוכח מבחינה מדעית). המאמר מציג תופעה כלל עולמית של "משבר יצירתיות" ואת ירידת מנת המשכל אצל הילדים, דבר שקשור לשימוש מוגבר באינטרנט. אנו קוראים פחות, הזיכרון שלנו נפגע מכך, נוצרת אצלנו קהות רגשית ועוד.
4. **מפגשי אמת אדם-אדם** - המאמר עוסק בביטוי "פנים אל פנים" במקורות ועל משמעות הביטוי. המאמר מעלה את תקשורת אמיתית ומעלה כיווני חשיבה על צורות תקשורת היום.
5. **"סטטוס אחרון"** - המאמר דן בתופעה חדשה - עזיבת הפייסבוק! דוגמאות של דמויות שעזבו את הפייסבוק ואת הסיבות לכך - חוסר פרטיות/ התמכרות/ לחץ חברתי/ בזבוז זמן ועוד.
6. **"אלף בית"** - גרסה מודרנית לשיר הילדים האהוב אלף בית!
7. **"ביידיש זה נשמע יותר טוב"** - המאמר מתאר את חשיבות העושר של השפה, ומידת ההשפעה שלה על צורת הקליטה שלנו, החשיבה שלנו, הצורה בה אנו מרגישים, חושבים, אוהבים ועוד שלל דברים. החוברת, שעוסקת בצורות תקשורת שונות שלעיתים הופכות גם את השפה לשונה, ומשפיעות כמובן גם על דברים נוספים בחיינו.
8. **"אס אמ אסית"** - המאמר עוסק בשפת האס אמ אס, ועל השימוש בשפה הזאת היום, על התפשטות השפה החוצה, שלא בהודעות טקסט. כמו כן, מציף המאמר את הפער בין בני הנוער שמשתמשים בשפה זו, ואילו מבוגרים בהרבה מקרים לא מבינים אותה. אין במאמר ביקורת על התופעה, אלא בעיקר סוקר את השפה ואת השימוש בה, והבעייתיות בה.



ספר ועלו הפנים / הרב יהושע שפירא

חלק מ'חזו"י העתידות', העוקבים אחר מצב התרבות באופן מתמיד, סבורים שבימי ח"י הייתי עד לשלוש מהפכות יסוד. על שתיים מתוכן אין מחלוקת, אולם חזו"י העתידות מהמרים שהשלישית ממשמשת ובאה, והיא קריטית לא פחות מקודמותיה. השלוש הן הטלוויזיה, האינטרנט ורשת ה'פייסבוק'.

הטלוויזיה העבירה את העולם המערבי מהעמדת האות הכתובה - והמיומנות השכלית הנדרשת לשם ניתוחה - במרכז, אל ההתמקדות בדימוי החזותי הפועל באופן שונה בתכלית. האינטרנט הביא עולם ומלואו אל מסך המחשב האישי, וצמצם את הפער בין האדם למחוזות חפצו המגוונים לכדי לחיצה אחת על מקש העכבר.

גילוי נאות: בשני הכלים האדירים האלה לחמתי רבות, כמעט בידיים חשופות, וזאת מפני שמלבד הקלקלה התרבותית שהביאו בכנפיהם, שכדי להבינה נכונה כדאי מאוד לעיין בספריו המבריקים של ד"ר ניל פוטסמן (ראש המחלקה לתרבות ותקשורת באוניברסיטת ניו-יורק, ואחד מברי-הסמכא הנחשבים ביותר בנושא זה), הביאו גם לקלקול גדול וקיצוני בענייני עריות. רבים מיראי ה' וחושבי שמו נזעקו והכריעו שלא נוכל לומר בקלות שהצר שווה בנזק המלך, וקרוב הדבר שהפסדו גדול משכרו. לאור זאת, אין מנוס מלהיאבק בבעיות המתלוות אליהם.

לאחרונה התבקשתי להצטרף למאבק דומה כנגד רשת ה'פייסבוק', השלישית שבמהפכות התרבות. חקרתי ודרשתי במומחים וביועצים, ולא נעניתי לבקשה זו. לא מכיוון שאין אמת בפחדים ובתחזיות הקודרות העולות לנוכח תופעה אדירה זו - אדרבה: הוברר לי שה'פייסבוק' אכן הולך ומשתלט על עולמנו החברתי (או כפי שנוח לנו לומר - על עולמו החברתי של הנוער) - אלא מכיוון שאין בו עליית מדרגה בענייני עריות החמורים. על העניינים הללו כבר אמר הרמב"ם כי "אין לך דבר בכל התורה כולה שהוא קשה לרוב העם לפרוש אלא מן העריות", ואני נטלתי על עצמי לעסוק בחזית של טהרת המחנה מפני הדבר הקשה הזה. הגלישה לחזיתות אחרות לא תועיל למאמצי בתחום זה, ולהערכתי היא עשויה אף להזיק ליחידוד הענין שכנגדו יש לצאת במלוא החריפות.

ובכל זאת, כמה מילים על רשת ה'פייסבוק': ה'פייסבוק' הולך ומסתמן כאתר המוביל מבחינת הזמן שבו שווה הציבור בהמוניו. אפשר שאין הוא מוביל מבחינת מספר הכניסות, אולם הוא פתוח ברקע דרך קבע והופך לעובדת חיים המתערה באופן מושלם בשגרת היום-יום.

איש חינוך, הממלא תפקיד מרכזי באחת מתנועות הנוער שלנו, הזהיר לאחרונה שבקרוב תהיה לציונות הדתית רק תנועת נוער אחת - פייסבוק (לפחות בימי החול). במקרה זה, לא יהיה נכון לומר שהחניכים מצביעים ברגליים, מפני שדי להם באצבע אחת, אבל בהחלט אפשר לומר שלעיתים חניכינו מעדיפים את השיטוט/צייטוט ברשת החברתית על פני התקבצות ממשית בסניף או בילוי במגרש הספורט.

הבעיה הופכת לקריטית כאשר צורת ההתחברות החדשה הזו פוגעת במרקם החברתי הרגיש של המעגלים הנורמטיביים והמקודשים, כמו המשפחה. כאן, לכאורה, היה מקום להזדעק באותה חריפות ועוצמה המופנות כלפי הטלוויזיה וכלפי האינטרנט גופו, אולם יש להבחין בכך שה'פייסבוק' אינו הבעיה עצמה, לאמור: המדיה המביאה אל מסך המחשב את המראות האסורים והפריצות הממשית, אלא לכל היותר גורם עקיף ליצירת קשרים המובילים לפגיעות הקשורות בכך. עם כל חומרת הדבר, ועם כל הנזק שבתוצאותיו האפשריות, עובדה זו מחייבת נקיטת יחס אחר כלפיו.

תקוותי היא שדווקא מתוך עמדה כזו, שאין בה קידוש מלחמה אלא ניסיון כנה להתבונן בתמונה כפי שהיא, ייפתח לנו פתח לדין מתון ונינוח יותר בטיבו של המהפך התרבותי שמחולל ה'פייסבוק', וכך להבחין בעומק בעיותיו - אולם גם בצדדי החיוב והמעלה הנלווים אליהן. על כך, בפעם הבאה...

המשך - כשרות ה'פייסבוק'?

לפני שבועיים הצגתי בקווים כלליים את יחסי לרשת החברתית 'פייסבוק', וכעת ברצוני להרחיב מעט את היריעה. אחת הטענות החריפות ביותר כלפי ה'פייסבוק' נשמעה לפני חודשים אחדים מפי איש דת מוסלמי במצרים, שאסר לגלוש ברשת בשל מחקרים הקובעים שאחד מכל חמישה גרושים מצביע על 'פייסבוק' כגורם לפירוק ביתו. אפשר שבישראל המצב טוב יותר, אולם בוודאי לא נוכל להיות שאננים.

מדוע זה קורה? לא קשה להסביר. 'פייסבוק' מציעה חברויות אין ספור המספקות קשר מענג בלבד, הניתן לניתוק ברגע שבו הוא הופך למעמסה. זו ואף זו, קשרי החברות של 'פייסבוק' שומרים על עירנות והתחדשות במידה העולה עשרות



מונים על קשרי חברות ממשיים; בכל רגע אפשר ליהנות מפירות הקשר בכל תחום אפשרי, ולעולם אין אתה נדרש לשלם מחיר.

איך אפשר להשוות חיים נעימים כאלו, שמציעים לנו עולם שכולו טוב, לבשר ודם של בן זוג שבדרך כלל הוא לא רק עזר אלא גם כנגדנו... לפעמים מעצבן, לפעמים מאחר, אינו בקי בכל התחומים ואינו זמין תמיד כדי לתמוך בנו? האמת ניתנת להיאמר שרשת הייבוקי שוללת מהאדם הנורמטיבי את המוטיבציה להישען על החברות הממשיות, בכך שהיא מאפשרת לו לחיות חיים חברתיים עשירים ומלאי עניין, כביכול, ללא כל מחויבות או מאמץ, ללא כל ויתור או פשרה.

יש להודות כי תהליך זה, של התפוררות המבנה החברתי בכלל והתא המשפחתי בפרט, אינו נזקף כולו לחובתה של רשת 'פייבוקי' בלבד. כבר הפמיניזם, שבו אני רואה בשורה מטה-היסטורית של ביטול קללת "והוא ימשול בך", ערער עמוקות את המבנה המסורתי של התא המשפחתי, פירק קשרי נישואים רבים ומנע אחרים מלהתממש.

לנוכח תהליך מתמשך זה, עלינו לשאול: לאן פנינו מועדות? כל כך הרבה אומללות, כאב, תלישות ובדידות מביאה עלינו ההתפוררות הזו, ומה תהא באחריתה? האם מדובר בדרך ללא מוצא, או בברכה מסותרת העתידה להבשיל לאחר שנמצא את טעמה המר של הקליפה?

כמאמינים בני מאמינים אנו סמוכים ובטוחים שהאפשרות השנייה היא הנכונה. משום כך לא נותר לנו אלא לנסות לסמן את טעמו המתוק של הפרי בתוך תמונת הבוסר הקודרת שבה אנו נתונים.

נראה שאין לנו סימן מובהק לטעם הפרי יותר משפע העיסוק בזוגיות ובסובב אותה, שאין לו אח ורע בתולדות האנושות. ספרות, סדנאות, מפגשים, שיעורים, ימי עיון, טיפול יחידי וזוגי, יועצים כאלו ואחרים. וכאן הבן שואל: האם איבדה האנושות את דרכה והיא נדרשת ללמוד הכול מהתחלה? מה עשו הדורות הקודמים שלא נהנו משפע כזה של הדרכה בתחום הזוגיות?

אך באמת לא אובדן דרך יש כאן, אלא חידוש של בקשה פנימית בלתי ניתנת לעצירה. הכול חפצים היום לטעום מטעמה של זוגיות עשירה, עמוקה, חיונית ומתפתחת. אם בעבר היה הקשר מושתת לא פעם על ההכרח החברתי או הפונקציונלי, הרי כיום מוצב רף גבוה בהרבה. הכול יודעים כי ללא תחושה של אהבה עמוקה, הנותנת ביטוי לעצמיותנו, ובה בשעה קשובה ורגישה לעצמיותו של בן זוגנו, לא יכון הבית. אם אהבה כזו נעדרת או חסרה במידת מה, הרי לנו כבר עילה לבידור פנימי, ליעוץ או לפחות לסדנא כלשהי...



WEST POINT דופקים בדלת: מפקדי המסכים

תמיר ליאון, אנתרופולוג יישובי, מכון אתוס < ספטמבר 2009

בתחילת השבוע האחרון שאל הרמטכ"ל בכנס פנימי כיצד ייתכן שהמ"פים לא מודעים למתרחש בפלוגותיהם? מציאות זו היא תולדה של פרופיל החייל העכשווי, אשר בילה כ-14 משנותיו המעצבות מול מסך. תיאור המצב הנוכחי, הצפי לעתיד ומספר אפשרויות פעולה, כל אלו בקצרה במאמר זה.

1. שיטת המחקר:

- א. תצפית משתתפת בקרב תרבות הפנאי של צעירים (YOUNG ADULTS), בני נוער וילדים וכן במוסדות פורמליים כגון בתי ספר, גני ילדים, אוניברסיטאות, וגם תנועות נוער, מתנ"סים, קניונים, מועדונים (CLUBS), מוקדי בילוי ועוד.
- ב. ראיונות פורמליים וחצי פורמליים עם חיילים, בני נוער וילדים אשר אני מתבצעים בצורה שוטפת החל משנת 1996 בקרב אוכלוסיית מחקר המהווה את התרבות הצעירה.
- ג. הורים - מסקנות ורשמים מהרצאות, סדנאות, יעוץ וטיפול משפחתיים שמקיים המכון.
- ד. ראיונות עם מפקדים בצבא בטווח רחב של דרגות ובמגוון תפקידים בחילות שונים.

2. רקע כללי, סוציאליזציה המסך:

בעבר נהגו לחקור את השפעות הצפייה בטלוויזיה. כיום המושג המוביל הוא "התמכרות מסך". ילד מבלה כיום חלק נכבד מזמנו מול ארבעה מסכים: טלוויזיה, מחשב, סלולר וקונסולות משחקים למיניהם. היחשפות פעילה למסכים מתחילה כמעט מרגע הלידה. ניתן לומר שאין היום מלש"ב שאינו חשוף לאינטרנט ולטלוויזיה במינונים משתנים, כולל מתוך האוכלוסייה החרדית. ילדים רבים בגיל חטיבת הביניים והתיכון אוחזים בטלפון בעל יכולות גלישה באינטרנט ולפחות אצל שליש מהם נמצאים המסכים בחדר בו הם ישנים. ההורים מעבירים לילד מסרים בדבר חשיבות המסך, ראשית מעצם העובדה שהם רכשו לילדיהם את הטכנולוגיה הזו וכלה במודל ההתנהגות שהם מציבים: שהיה ממושכת מול הטלוויזיה והמחשב בבית, תיעדוף כל שיחת סלולר על פני אינטראקציה עם הילד וכיו"ב. לכך ניתן להוסיף את העלייה המשמעותית בשעות העבודה החל משנות התשעים, אשר מעבירה מסר של העדפת העבודה על פני המשפחה, ובחלק גדול מן העבודות מהווים המסכים כלי הכרחי.

מקובלת כיום ההערכה כי המסך מסוגל להעביר לכל היותר 60% מאיכויות התקשורת של שיחה לא מתווכת. משמעות הדבר היא שאם ילד לא יתאמן דיו באינטראקציות בין אישיות ישירות הוא יאבד יכולות תקשורתיות. הזמנים שבהם ילד יכול לצבור ניסיון באינטראקציה אישית אינטימית חופפים בדרך כלל לשעות הפנאי שלו, שעות בהן הוא עסוק בפעילות לא פורמלית כגון: הפסקות בבית הספר, תרבות הבילוי, חלק מסוים מהשהות בתנועת הנוער וחלק קטן יותר מזמן החוגים או מהשהות בקרב המשפחה. ילד בגילאי חטיבת הביניים והתיכון ולפעמים גם היסודי ממלא שעות פנאי רבות בשהייה מול מסך, ובעת החופשים מבית הספר גדלה חשיפה זו אף יותר. בביקורי התכופים בבתי ספר אני נוהג לשאול בהפסקה את אחד מן המורים הוותיקים ביותר: "מה השינויים שאתה רואה בשלושים השנים האחרונות?" רבים השיבו לי בדברים כדוגמת: "אתה רואה את הילדים בחצר? פעם היית רואה את כולם בקבוצות גדולות; היום תמצא אותם לבדם או בזוגות או בקבוצות של בודדים המשחקים בטלפון". פעם התנהלה רוב תרבות הפנאי בסביבת המגורים: בשכונה, במושב, בקיבוץ, בכפר. החל משעות אחר הצהריים היו הילדים שוהים מחוץ לביתם עד שעות הערב. היום, מלבד שכונות מצוקה ובכללן שכונות חרדיות אין ילדים במרחב הציבורי. אפילו בקיבוצים אני לא רואה ילדים בחוץ כבר עשור. אתה מסתובב ביישוב קהילתי אחר הצהריים בחופש הגדול ומוצא בחוץ לכל היותר שני ילדים אשר מתלוננים שאין להם עם מי לשחק ו"כולם במחשב אבל לי כבר נמאס", ולרוב תגלה שאותם ילדים השוהים בחוץ נחשבים לחלשים בפרמטרים של לימודים והתנהגות. ההורים, על פי המחקרים הידועים, משוחחים עם הילד לא יותר מרבע שעה בשבוע. בפרויקט מנהיגות שבצענו בקרב כיתות ט' שאלנו את הילדים: "מה זו בשבילכם בדידות?" כתב אחד: "בשנה שעברה נכנסתי חזק למחשב, ואז רציתי לחזור לחברים שלי ולא ידעתי איך". הילד מתאר מצב של אובדן יכולות התקשורת בסיסיות. יותר ויותר הורים פונים למכון ואומרים: "ליילד שלי אין חברים והוא לא נראה לנו מאושר". כל מי שצפה בבני עשר הנפגשים יחדיו בבית יעיד שבמהרה יתקיים מצב שבו ילד או שניים ישחקו במשחקי מחשב (שפוטנציאל ההתמכרות אליהם גבוה מכל סם ידוע) והשאר יצפו. במקרים רבים נבחין בהתנהגות דומה כבר בגיל ארבע.



דוגמה קטנה לעוצמתו של המסך: נכנסתי בתחילת החודש לגן ילדים בשעה שמונה בבוקר. קבוצה של בני שלוש, שבעה בנים, עומדים מסביב לשנים שמשחקים ב"תוכנות לומדה" למיניהם. ילד מגיע לגן ואומר שלום לחבריו אך זה לא עונה לו משום שהוא מרוכז במסך. אני שואל את הגננת החרדית לגבי המדיניות בנושא המחשב והיא אומרת: "המועצה קנתה לנו את המחשבים" וגם: "אנחנו משתדלות שלא יהיו יותר משני ילדים ליד המסך" ועוד: "אבל לילדים רבים זה עוזר להיפרד מהוריהם בבוקר". אמרתי לה: "את רואה, כבר עכשיו המחשב יותר חזק מהגעגוע להורה בבוקר ובטח יותר נוח לנו. אבל הילד כבר עכשיו פיתח דפוס: יש בעיה בעולם האמיתי, אפילו רגשית ואפילו עם המשפחה? נצלול למסך". הגננת התחברה לדברים משום שבנה חוזר יום יום מהישיבה ונכנס למחשב עד שעות מאוחרות מאוד. תוצאות השיחה הקטנה שלנו: המחשב בגן סגור ומכוסה. מסקנה: קצת מודעות, ידע ואכפתיות ואפשר לשנות. תקוותי היא שמאמר זה יעזור בהתנעת תהליך דומה בצבא ודרך זה "צבא העם" יטמיע צורת התנהגות בכל המדינה.

3. מהן ההשלכות של הסוציאליזציה החדשה על תפקוד האדם בצבא:

א. כושר גופני: מסנן הקצונה המשמעותי כיום הוא בוחן בר-אור פשוט. המלש"ב יכול להיכנס לתוכנית אימונים בשנה שלפני גיוסו ולהגיע להישגים, אבל אין דומה רמת כושר של "ילד מסכים" לזו של הילד ששיחק כדורגל בשכונה, "הלך מכות" וטיפס על העצים בחורשה. מפקד אחד הבסיסים הגדולים בארץ אמר לי: "אתה יודע, הילד שלי בן 16, והוא מעולם לא קרע את המכנסים". הדגש כאן בעיקר על המדדים הפסיכולוגיים של הכושר הגופני, קרי כיצד אתה מגייס אנרגיה לגוף חסר אנרגיה, כיצד אתה ממשיך לפעול ולחשוב על המשימה ועל הצוות שלך במצב של תשישות ומצוקה ועוד. אלו נקודות מפתח במצב חרום, כשחוסר שינה, חוויות אובדן, כישלונות זמניים מצטברים וסביבה דחושה להתפקע ללא מחסה לנפש סובבת אותך. יסודות פסיכולוגיים של הכושר הם דפוסים שמעוצבים לתוך האישיות וקשה לפתח אותם בפרק זמן קצר, יעיל ככל שיהיה.

ב. התמצאות במרחב: לאחרונה מעידים מפקדים רבים על רמת ניווט ירודה של הקצינים הצעירים. מספר לי מח"ט: "רק במלחמה בדרום קלטתי מה עוצמת הבעיה. אני שואל מ"פ בטנק: 'מה האימונים ההיקפיים עליך?' והוא כולו ממוקד במטרה שלפניו, אותו בית במרחק 1,500 מטר שממנו לא נשקפת לו שום סכנה, אבל בחורשה 50 מטר משמאלו הוא בכלל לא מבחין". אותו מ"פ הוא הילד שבילה את העשור האחרון מול ויזואליה דו-ממדית בתאורה קבועה, כשהדבר היחידי אשר השתנה סביבו נמצא בתוך מסך שלא זז ממקומו. גם כשנכנס לאוטו עם הוריו היו שם טלפון, GPS ואולי גם מסך DVD לכל ילד, שלא יריב עם אחיו ויציק להוריו.

ג. רמת האגרסיביות: בשנים האחרונות מעלים מחקרים שונים, בייחוד מתחום הארכיטקטורה, את השפעת מרחב החיים על האדם. דוגמה: ביפן הכניסו נבדקים לשני חדרים, האחד בנוי "נכון" והשני "לא נכון". ביקשו מהם לשהות מספר שעות בכל חדר וחיברו אותם למכשור המודד את רמת החרדה על פי פרמטרים פיזיולוגיים. כששאלו את הנבדקים האם הרגישו הבדל במתח שחשו בשהייה בשני החדרים הם השיבו בשלילה. לעומת זאת, הוכיחו הבדיקות הפיזיולוגיות כי בחדר ה"לא נכון" היו הנבדקים נתונים ללחץ גבוה פי כמה. כלומר, המרחב משפיע על האדם אבל הוא לא חייב להיות מודע לכך. אחד הפרמטרים למרחב "נכון" הוא הגישה הבלתי אמצעית למראה טבעי. ההשערה היא כי האדם מגיב בצורה חיובית לגוף טבעי המורכב מפרקטלים (הצורה הכללית של הגוף נראית גם בחלקיו הקטנים בדומה להולוגרמה). בני הנוער היום, אשר רחוקים מהטבע הרבה יותר מהוריהם וחולקים שעות מסך רבות מפתחים רמות מתח ואגרסיביות גדולים יותר (במיוחד ככל שרבים יותר חיים באזורים אורבניים) ונתוני אלימות הנוער ידועים לכולנו. אגרסיביות רבה מדי איננה דווקא תכונה שכדאי לשאוף אליה בצבא הלוחם, ובמיוחד לא בצבא שלנו העסוק בחיכוך רב עם אוכלוסיה עוינת. כאן כדאי לטפח יכולות של שליטה באלימות. אנו יודעים כי תרבות אשר איננה מאפשרת שחרור מתמיד של יצרים, כשהם מתפרצים, קשה לשלוט בהם וניתן לראות את הפגנות החרדים כדוגמה. במבצע "עופרת יצוקה" העידו המילואימניקים המבוגרים יותר, אשר הגיעו לחזית בגל השני, על האגרסיביות הרבה של חיילי הסדיר שהגיעו לפניהם כפי שהתבטאה בצורה שהשאירו את בתי הערבים עם כתובות גרפטי לוחמניות ועוד.

ג. מנהיגות: כשאתה לא מנוסה בתקשורת בין אישית ישירה, אתה מתחיל לפחד ממנה, במיוחד כשאתה חש שזה יכול לפגוע בסמכותך. פעם, לא מזמן, היה יושב המ"פ באוהל, יריעות האוהלים מופשלות, הוא רואה את רחבת הדגל ועליית המשמר, הוא הולך לרכבו, רואה בדרך חייל שיושב באוהל ומשוחח עימו. היום יושב המ"פ באוהל סגור ממוזג עם שלושה מחשבים, מערכת משוואה, אינטרנט וכדומה - ואין לו מושג מה מתרחש שלושה מטרים ממנו. הוא לא קרוב לחיילים וסמכותו חיצונית מתוקף דרגתו ומעמדו. לקצינים כאלו שהגיעו מ-West Point ירו החיילים בוייטנאם בגבם כשצעקו "קדימה הסתער" מול אש חיה. שאלנו מ"פים: "מתי קיימת לאחרונה שיחת פלוגה?" אמרו לנו: "לפני חצי שנה". "מדוע?"





"היו אילוצים". אני הייתי מ"פ בסדיר לפני עשרים שנה. היינו מחכים לשיחה השבועית של יום חמישי/שישי היכן שאתה עומד במלוא מנהיגותך, במלוא תחושת הקבוצה המלוכדת שעברה את השבוע ביחד. לא ויתרנו עליה לא בלבנון ולא בשיא האינתיפאדה. ניסיתי להיזכר אם שפטתי כמ"פ אי פעם חייל. אולי אחד-שניים. כיום "זמן המשפטים" נמצאים בצורה קבועה בל"ז השבועי. זוהי אולי הסמליות הברורה ביותר לסמכות חיצונית שמחליפה סמכות פנימית וכמו שכולנו יודעים - זה לא עובד לאורך זמן בשום מקום, גם לא בשוק האזרחי. כל המחקרים שעשו בשוק העבודה הן האקדמיים והן מחקרים פנימיים של חברות כדוגמת אמדוקס לגבי רצון של אנשים להישאר במקום עבודתם (שמור עובדים) הראו שהמרכיב החשוב ביותר הוא היחס של המנהל הישיר. לא השכר, לא המעמד, לא העניין בעבודה, לא התנאים, היחס. מספר לי מח"ט: "פלוגה אצלי קבעה לעצמה שם לא ראוי וביקשנו להחליף אותו. המ"פ ניסה ולא הצליח, המג"ד ניסה ולא הצליח(!). היו צריכים שיבוא המח"ט כדי להחליף שם של פלוגה. עמדתי ואמרתי להם: "זה צבא הלו, אתם רואים אותי, יש לי כאן שלוש כאלה על הכתף". מיד הם בחרו שם חדש". "מה יהיה", הוא אומר לי, "עוד עשר שנים כשהחבריה האלה יהיו מג"דים וצפונה. הצבא לא מבין שהתחלפו לו האנשים. הוא עדיין תקוע באותו תרגיל של קורס מ"כים שעושים כבר שלושים שנה למרות שמסביב הכול השתנה". אמרתי לו: "אל תדאג", וישבתי לכתוב את המאמר הזה.

כדי ליזכות בסמכות פנימית אתה חייב להיות חלק מהקבוצה שאתה מנהיג. חלק מובחן, אבל חלק. החוויה של המפקד והפקוד צריכה להיות משותפת. מכור לסמים לא מוכן להיכנס לתהליך גמילה עם שום אדם שאינו נגמל בעצמו. לרמטכ"ל יש אותם מדים כמו לטירון. הורה לא יכול לחנך ילד לצפייה ביקורתית בטלוויזיה אם אינו יושב ורואה איתו ביחד את כל התוכנית. כשאני שואל מפקדים מי נכח בפעילות חינוך שעברו החיילים, אף אחד לא מרים את היד. כל מחנכת כיתה ורכזת שכבה יודעת שכדי להיות רלוונטית היא צריכה להיות נוכחת בכל פעילות של השכבה, גם אם איננה בתפקיד באותו הזמן. אבל כשקצינת החינוך מבקשת מהמפקדים שיעבירו מערך שיעור מובנה לחיילים הם מנסים בכל דרך להתחמק. הם פוחדים שלא יבצעו זאת היטב וערכם ירד בעיני החיילים.

ד. עצמאות: היום מגיע לצבא אדם שרוב חייו היה מנוהל ברמה פרטנית. אחד הדברים המאפיינים חלק ניכר מההורים היום הוא רמת חרדה גבוהה, המובילה אותם ליצירת קשר טלפוני רציף עם ילדיהם. ילדים והורים מתקשרים ווקלית או גראפית באמצעות הסלולאר אפילו במהלך בילוי לילי של הילד בכל שעה. ילדים שנמצאים בטיול תרמילאי במדינת עולם שלישי מתכתבים באמצעות הדואר אלקטרוני עם הוריהם בתכיפות. בדפוס שליטה כזה לא עומדים הילדים בשום אחריות משום שאם אתה צריך לשלוח מיסרון להוריק כל שעה במהלך הבילוי אז האחריות להתנהגות נאותה ללא צריכת סמים, צריכת אלכוהול מופרזת, נהיגה פרועה, אלימות ואלימות מינית איננה חלה עלייך אלא על הורייך - עליך מוטלת רק האחריות לשלוח את ההודעה.

גם בצבא ממשיכה התנהלות זו, כפי שאמר לי מג"ד כבר לפני עשור: "פעם הייתי לוקח שני חיילים מראה להם גבעה על המפה ואומר להם: קחו את הנג, תיסעו ותעשו ככה וככה. הם היו מגיעים לאותה גבעה, וכמובן שזה לא בדיוק כמו שתארת". עכשיו הם צריכים להתחיל לאלתר. היום אני אומר להם: תגיעו לשם, תרימו טלפון". מעט מאוד אנשים חושבים ולוקחים אחריות. חבר שלי, קצין קרבי במודיעין, שהה בחו"ל מספר שנים. כשחזר למילואים, הדבר הראשון שאמר לי היה: "הצבא מנוהל נטו בפלפון, הפלפונים הרסו את הצבא". אני הייתי מדריך בצופים. בכיתה י' הייתי לוקח 15 ילדים בני 11-12 פעמיים בשבוע לחורשה גדולה ורחוקה והיינו חוזרים בחשיכה, קיץ וחורף, בלי שאף אחד ידע מראש להיכן הלכנו, זו הייתה החלטה של רגע. שם היינו משחקים ועוברים פעולות בהן היו הילדים מתפורים בשטח. בכל השנים שהייתי בתנועת הנוער גם כמדריך וכרשג"ד לא שמעתי על אף תאונה שארעה לילד כלשהו בפעילות שגרתית בתנועה (לא כולל טיולים ומחנות). ראש הנהגה בצופים אמר לי: "גם היום אתה יכול לעשות את זה, אבל אתה צריך תיק תרגיל, סיור הכנה, חובש, וכד'".

ה. ציות, הריריה: בעבר הגיע הילד לצבא כשהוא אוחז בערך של יראת כבוד לדמויות מסוימות בחייו כמו הורים ומורים. לא מדובר על ציות עיוור, אלא על יראת כבוד בסיסית למבוגר, ברמות שונות, על פי אופיו והחברה אליה הוא משתייך. כיום, הפעם הראשונה בה עומד הצעיר מול סמכות ואוטוריטה ללא סייג היא בצבא - ומשום כך חשיבותו לחברה גדולה יותר היום (ובגלל סיבות נוספות שבהן אדון בהמשך). נתוני משרד החינוך מראים כי כיום מוקדש 40% בממוצע מן השיעור בבית הספר למשמעת. ההורה לא מגבה את המורה ובכך פוגע בסמכותו, כי אי אפשר ללמוד מאדם שלא מכבדים. ההורה פוגע בכך גם בעצמו כי בעיני הילד כל קבוצת המבוגרים ממוקמת בייצוג זהה. מורה מספרת לי כי תלמיד בכיתה ד' אומר לה: "המורה את מה-זה כוסית", כלומר אינו מכיר כלל במבנה המערכת. מספר לי בכיר בתעשייה האווירית שגר ברחובות: "אבא שלי היה פועל בפרדס. כשהיה חוזר מהעבודה היינו רצים כל הילדים ומתחרים מי יוריד לו את הנעליים. היום אני קונה לילד שלי אוטו חדש והוא לא רואה אותי ממטר". הורים לילד בן עשר מספרים לי



על התמכרות מחשב של הילד. אני אומר להם: "אז ראשית תעבירו את המחשב מהחדר שלו למרחב ציבורי בבית" הם אומרים לי: "אנחנו לא יכולים, הוא יכעס". אני מגיע להרצאות להורים בתיכון והם אומרים למנהלת: "למה לא הביאו לנו אותו לפני עשר שנים". אתה נכנס לכיתה א': אין שום דרך בה תוכל להסיק מסידור הכיתה מי כאן דמויות הסמכות. הילדים יושבים בקבוצות, "אשכולות", "מרכזונים". דמיין, הקורא, שאתה מדבר מול פקודיך/מנהליך וחלקם מפנים לך את צידם וגבם, משל נאמת בפני אולם חתונות. לפני שלושים שנה כיתה א' ישבו בצורת ח' ובכיתה ד' לכל המאוחר בטורים. שולחן המורה עמד על במה מוגבהת. בקבוצות היו יושבים רק בפרויקטים מיוחדים. האנתרופולוגיה עוסקת גם במשמעות השליטה ומבנה הקבוצה לפי סידור הבתים. יש טעם בכך שבכפר המרכז-אפריקאי גר המנהיג בבקתה המרכזית והשאמאן מרוחק ומוגבה. איפה קיים מבנה דומה? במאהל הפלוגה, אבל שם, כאמור, המנהיג הפשיל את היריעות מטה והתנתק. יש להביא בחשבון כי לצעיר היום אין ניסיון בהתמודדות עם סמכות, כלומר אין אף דמות מעברו שלתוך תבנית היחסים עימה הוא יכול לשבץ את המפקד שלו. משבר השנה הראשונה בצבא הוא משמעותי יותר והפוטנציאל לבעיות סמכות בכלל ממשי יותר. לפני מספר ימים הרציתי בכנס קצינים בפקוד דרום. לאחר דבריי, סיכם האלוף את היום. הוא אמר דברים רבים ושונים אולם החוט המקשר בין דבריו (כולל הטון בהם נאמרו) היה חוט של סמכות. אני אומר ואתם מבצעים. חשבתי לי, בעודי מאזין לדבריו, כי גם 10% מרמת הסמכות שהוקרנה בהם לא תמצא אצל מנהל בית הספר הדורש, הקפדן והסמכותי מכולם. למעשה, שיחה מעין זאת בכל מוסד חינוכי תישמע ממש מעולם אחר. זהו חלק מן ההלם אשר עוטף את החיילים גם זמן רב לאחר גיוסם.

ו. שכר ועונש: אחד מן היסודות הבסיסיים בבניית זהות הוא היכולת לעמוד מאחורי מעשיך והחלטותיך, לקבל את תוצאותיהן ולשלם מחיר. כדי לשלם מחיר, התרבות קבעה שתי איכויות - גבולות וטאבוים. **גבול** הוא מעשה שהסנקציה עליו ברורה. לדוגמה: נסעתי במהירות 110 קמ"ש במקום מהירות מותרת של 80 קמ"ש. אני יודע בדיוק שאם איתפס על ידי המשטרה אקבל נקודות, קנס וכו'. גבול בבית: אסור לשחק כדורגל בסלון. הילד שיחק - מוחרם הכדור לשבוע (לדוגמה). **טאבו** הוא מעשה שיש בו את הפוטנציאל לפרק חברה. לדוגמה: כמעט בכל התרבויות גילוי עריות מוגדר כטאבו. כשהיהודים היו בגלות מה הוגדר כטאבו? התבוללות. מה הטאבו במדינה צעירה כמו ישראל? בגידה במדינה. ילד נורמטיבי בגיל 15 מתעצבן על אמו ומכה אותה בפניה. הוא שבר טאבו משום שברור שהוא אינו מבין את מבנה המערכת ועל כן הוא מאיים עליה ומסכן אותה. הסנקציה על טאבו צריכה להיות כזו שלמעשה "תאפס" את המערכת מחדש ותעביר את המסר מסביב לגבי אי יכולתה של החברה להשלים עם שבירה של טאבו, בניגוד למעבר על גבול שהמערכת מסכימה לקבלו (בצורה מפוקחת), אבל מענישה עליו.

הבעיה כיום היא מיעוט בסנקציות על מעבר גבול ובעיקר היעלמותם של הטאבוים. בספר הקלאסי "אבדן הילדות" (1982) מתאר ניל פוסטמן את תפקידה של הטלוויזיה בתהליך זה, תהליך שהועצם כמובן עשרות מונים על ידי האינטרנט והסלולאר. פוסטמן מסביר שלמעשה הנקודה המשמעותית היא מידת החשיפה של האדם הצעיר לתכנים המתאימים למידת הבגרות שלו, לרמת המוסר שלו, למידת שליטתו העצמית, לרמת ניהול הרגשות שלו ועוד. את המהפכה בנושא עוררה המצאת הדפוס. עד לזמן זה, כשימי הביניים הם הדוגמה המובהקת, לא ידעו רוב האנשים לקרוא ולא היו חשופים לספרים כלל, שנכתבו ביד והיו יקרי ערך. הידע ולפיכך הכוח, התרכז באירופה אצל הכנסייה והמון העם החזיק בתרבות אוראלית - הודעות, סיפורי עם ושירה בפרהסיה בכיכר העיר, כשהילדים חשופים לכל ידע. ואמנם, הרגלי המוסר (לגבי ילדים) היו בהתאם. חלק מגדולי העולם הידועים היום נהגו, כמקובל דאז, לשחק למשל באברי המין של ילדים קטנים בפומבי תוך השמעת בדיחות גסות, מנהג שללא ספק היה סוגר אותם כיום לשנים רבות מאחורי סורג ובריה. מרגע המצאת הדפוס והפצתם של מיליוני ספרים תוך שנים ספורות, נחשף האדם לאינפורמציה חדשה בהתאם לרמת הידע שרכש עד כה. תנאי הסף הראשוני היה ידיעת הקריאה בגיל שבע לערך, ואחר כך צבירה של ידע שתאפשר לאדם הגעה מדורגת לידע עלום יותר. כך למעשה החלה הצנזורה. כיום, למעשה, חזרנו מחדש למצב של ימי הביניים. על פי סקרי משרד החינוך בישראל, 25% מילדי כיתה ה' מאשרים שהם צופים בפורנו (כשבפועל, אנו מניחים, שרבים לא הסכימו להודות בדבר). בשנת 2006 הייתה עלייה של 30% במעשי האונס של קטינים את קטינים והמגמה ממשיכה. מצב זה יוצר אצל ההורים זילות כזו שכאשר ילדם כבר שובר טאבו הם לא מרגישים בזאת וכמובן לא פועלים בעניין. לדוגמה: הורה נורמטיבי לילד נורמטיבי בגיל 8 מסתכל על ילדו ואומר לעצמו שסמים זה טאבו. ואז הוא מגלה בכיתה ה' שהילד גולש בפורנו (25%, כאמור), בכיתה ו' שהילד שותה אלכוהול כבילוי (10%) ומעשן נרגילה (לפחות 30% החל מכיתה ד' - בבר מצוות יש "פינות נרגילה") או סיגריות (10% כנ"ל). כשהוא מגיע לחשיש בכיתה י' ההורה כבר אומר לעצמו: "זה קורה לעתים רחוקות", "זה רק מריחואנה", "הוא ילד טוב, תלמיד טוב" והטאבו נעלם. מזה שלוש שנים פושטת מגיפת הפוקר בקרב ילדי ארצנו. גיל ההתחלה: 10. מה אומרים ההורים? "זה בסדר, זה משחק חברתי, זה





לא על כסף" (וחלקם אף מגדילים לעשות וקונים לילד "ערכת משחק" כולל זיטונים ולבד ירוק). כסף, חשוב לזכור, אינו ערך. מדוע? משום שאין בו איכות מלבד מספר, אין בו מדרג, אין בו דרך חיים, אין בו לקח. כשהוא היחידי ששולט בכיפה אין פלא שכאשר אנו נכנסים לכיתה ט', מוציאים את המורה ושואלים את הילדים: "מי רוצה באמת להיות גנגסטר?", מורמות תמיד כמה וכמה אצבעות, לפחות 10% מהכיתה ולפעמים יותר וגם הרבה יותר. שוב, מדובר בילדים בני 15, שלוש שנים לפני גיוס ששאיפתם היא להיות "חייל במשפחת פשע", ואני לא מדבר כאן על שכונת מצוקה נידחת. לכך יש להוסיף את התחושה הרווחת והמועברת על ידי ההורים והתקשורת לגבי חולשתו של השלטון המרכזי. לפני כשלוש שנים, בכנס השנתי בנושא חינוך שנערך בחולון אמר השר לשעבר יוסי שריד: "הולכת להיות שנה קשה בכיתות". מילים אלו נאמרו לאחר שזמן קצר קודם לכן החלו בסמיכות זמנים מספר חקירות פליליות אצל גורמים בכירים כמו הנשיא, ראש הממשלה, שר האוצר, שרים נוספים, רשויות המס ועוד. מר שריד קישר נכונה את האווירה הציבורית שבסופו של דבר תתבטא ברמת המשמעת בכיתה. אני לא מתיר לסטודנטים בזמן ההרצאה לשלוח הודעות בסלולאר, לאכול ולדבר ללא הרמת יד וכבר שמעתי הערות פומביות כמו: "פשיסט", "מה זו דיקטטורה", "אנחנו לא חיילים" וכיו"ב. כשהאינטראקציות החברתיות שלך מתרחשות מול המסך אתה יכול להגיד כל דבר בשם כל אחד ולא לשלם מחיר על מעשיך, ומשום כך לא להתבגר. אין פלא שכיום ילדים רבים נשארים בבית הוריהם עד סוף שנות העשרים גם כשהגורם הכלכלי איננו פקטור וההורים מציעים לעזור. המילים "הילד בן שלושים יש לו חום גבוה" של אהוד בנאי הן המנון הדור. חשיבותו של הצבא כאן היא עצומה - זו הפעם הראשונה שהאדם הצעיר עומד מול השלכות מעשיו. עלינו רק לדעת, המפקדים, שאין לו שום ניסיון בכך.

וכעת אגש לשני הנושאים האחרונים ובעלי החשיבות הרבה ביותר על תפקודו של הצבא. 1. קבוצתיות: כדי לדעת אם אדם כלשהו מוסיף לקבוצה מסוימת, הפרמטר המדויק ביותר הוא הסובייקטיבי: האם הוא מזהה עצמו כחלק מאותה קבוצה. המחקר הסוציולוגי בישראל עוסק באינטנסיביות בשינוי שעברה המדינה מתרבות קולקטיביסטית יחסית לקידוש האינדיבידואליזם. הדבר מתבטא באומנות: בספרות, בקולנוע, בשירה, בהתאגדויות עובדים, בחברות כוח אדם, במסרים מן ההורים, בהתגלמותו של הביטוי: "אל תהיה פראייר". מול מגמות אלו עומד תמיד רצונו של האדם להשתייך, משום שההשתייכות היא המפתח לחיים של משמעות. כיום הגענו לשלב מתקדם בתרבות זו: איש איש לעצמו, ספון בחדרו מול מסכו האיש. בנסיעות משפחתיות ברכב יושבים ילדים בטלפון ומסכי SMS. ברחוב הולכים ספונים במוזיקה הפרטית שלהם. בהפסקות בבית הספר הם יושבים לבדם, בדיסקוטקים, במועדונים, רוקדים לבד. במצב זה עולה כוחן של "קהילות המדומינות" (IMAGINED COMMUNITIES), כלומר כאלו שאין להם מקום אמיתי אלא רק בדמיונו של החבר בהן. בחורף 2009 יצאתי עם בוגרי תנועת נוער מסוימת (בני 25 לערך) ביום חמישי בערב למתחם המועדונים המסגר-יד חרוצים בתל אביב. התמונה שמתגלה היא של מאות צעירים, רובם בטווח הגילאים 17-22, כשהם יושבים ברחובות עם כוס פלסטיק שבתוכה וודקה + משקה אנרגיה הנשתית בקש ונמכרת בפיצוציות הסמוכות ב-15 ₪. חילקתי את הבוגרים לזוגות וביצענו עשרות ראיונות בהם שאלנו את הצעירים שתי שאלות: 1. "למה אתה בא לכאן?" 2. "באיזו תדירות אתה בא לכאן?" התשובה לשאלה הראשונה הפתיעה אותנו. ציפנו לתשובות כמו: "לתפוס בחורות", "לנקות ת'ראש מהצבא, מהעבודה, מהלימודים" וכיו"ב. אולם רבים אמרו לנו: "איזה משעמם כאן", "אין מה לעשות", לא יודע למה אני בא לפה" וכדומה. התשובה לשאלה השנייה, לעומת זאת הייתה כמעט אחידה: "אני פה כל שבוע". כיצד אנו מיישבים את הסתירה המתגלית בין התשובות? התשובה היא כמובן שהשהייה בקרב מאות צעירים שעוסקים בהתנהגות זהה מספקת למשתתף תחושה של שייכות, תחושה שכנראה הוא אינו מקבל בשום מקום אחר. דומה הדבר להתעסקות האובססיבית של העם בחייל החטוף גלעד שליט שתפילה לשחרורו כבר חדרה מתחת לחופה לצד ירושלים שתיבנה במהירה בימינו: ההתעסקות של כל אדם בעניינו של שליט מספקת תחושה של שייכות, של ביחד. במובן הזה גלעד שליט הוא ידוען, סלבריטי, שדרכו אנשים שונים אומרים לעצמם שהם משתייכים לקבוצה. בעבר הייתה תחושה זו מחלחלת דרך אידיאולוגיה: ציונות, סוציאליזם וכו'. כיום, בעידן הפרסוניפיקציה היא מועברת דרך אדם מסוים. חוסר הניסיון של בני נוער היום בהשתייכות ובעיקר בהשתייכות לקבוצה חיובית, המתבטא בחוויות ניכור שהם חשים היום כלפי סביבתם הגיאוגרפית, שאותה כאמור, הם לא ממש מכירים משום שהם שוהים בבית ובניכור כלפי בית הספר שלהם וגם כלפי משפחתם, שגם במרחב הביתי הם ספונים בחדריהם מול המסך. מטפל במכון העוסק בטיפולים משפחתיים בבני נוער ציין כי העונש החמור ביותר והקיצוני ביותר שמקבל ילד הוא הסרת דלת חדרו ממקומה. בני הנוער מוכנים לעשות כל דבר כדי שתוחזר הדלת למקומה. את התרבות הזו, את האיש איש לעצמו, את הלא להיות פראייר, את חוסר הידע של מה זה להיות חבר בקבוצה, מה זה מחייב אותי ומה התחושות



שאני יכול להפיק מכך, כל זאת מביא הצעיר היום לצבא. בשנה האחרונה אני עובד עם נגדים בכירים מכלל הצבא. בתחילת עבודתי נהגנו לבקש מכל נגד לכתוב שתיים-שלוש בעיות שמטרידות אותו בעבודה יותר מכל. לאחר מספר חודשים חדלנו מבקשה זו: הם פשוט ציינו רק בעיה אחת: התמודדות עם חיילים חסרי מוטיבציה, המוטרידים מכך שלא יעבדו יותר מאחרים והנוקטים במגוון שיטות כדי להתחמק ממטלות. בעקבות זאת אני מדריך אותם היום כיצד לבנות מיחידתם קבוצה, משום שכיום אלו אינן מילים נרדפות. במקום לעסוק בדיאלוג בלתי פוסק ומטריד עם כל חייל ורצונות ההתחמקות שלו, יש להשקיע זמן ביצירת תחושת קבוצתיות שתמחק את רוב בעיות המוטיבציה. כל זמן שישקיע המפקד בכך, גם על חשבון המטלות שעליו לעשות יביא בסופו של דבר לחיסכון של זמן ומשאבים אחרים. המפקדים מדווחים מהשטח כי זהו הפיתרון הטוב מכולם. אולם כעת נחזור לאותו מפקד פלוגה צעיר, זה שלא מכיר מעברו את כוחה של הקבוצה, ואשר מקיים שיחת פלוגה אחת לחצי שנה, נתון בלתי נתפס אצל בני הארבעים ומעלה. רק תחושת ההשתייכות, יותר מכל תחושת שליחות או חובה, תמנע מהצבא הסדיר להפוך לחבורת עובדי כוח אדם המתגמלים כספית בקושי רב ובשלב הבא משתמטים - אקטיבית או פסיבית דרך התחמקות מעבודה בתוך יחידותיהם כפי שמתארים המפקדים עימם אני נפגש.

ח. הווית הצבא: מדובר בנושא המשמעותי ביותר לתפקוד הצבא, אך גם הקשה ביותר להסבר ולכן אפתח בדוגמה: אני מרצה בפני מאה ילדים. בשורה האחרונה אני מבחין בילד שמתבונן בסולאר. לא שולח מסרון, לא מדבר, רק מתבונן בהודעה שקיבל. אני עוצר את ההרצאה ודורש להכניס את כל הטלפונים. מדוע? הרי אותו ילד לא מפריע לילדים אחרים ובסך הכול עוצר לכמה שניות. הבה וננתח את המצב: הילד הסתכל בהודעה שקיבל ונניח שחברו כתב לו: "מה קורה אחי" (אגב, ייתכן מאוד שחברו יושב ממש לידו). באותו רגע הילד נאלץ לדמיין את הסיטואציה, את חברו, מתי יפגשו, מה יענה וכדומה. הוא התנתק מעולם התוכן של ההרצאה ועבר לעולם תוכן אחר. לכשיחזור לעולם ההרצאה, הוא לא יאבד ידע רב אבל הוא יפסיד את הדבר היחידי שיכולתי אני או כל מורה או מדריך לספק לו באמת: חווית ידע רגשי שיכולה לקדם אותו לקראת תובנות פנימיות וגיבוש של תפיסת עולם. אני לא מרשה לסטודנטים להתבונן במחשב הנייד בשיעור. תמיד יקום הסטודנט שיגיד לי: "מה, תעשה לי עכשיו מבחן על מה שאמרתי, אני מוציא 100". אני משיב לו: "נכון, אבל את מה שיכולתי באמת לתת לך פספסת, אתה לא חייב להיות פה, יש לך את ההרצאה מוקלטת באתר האוניברסיטה". דוגמה אחרת: קרובת משפחתי בשנות העשרים לחייה עסוקה בין השאר בחיפוש קשר טוב עם בחור. אמרתי לה פעם: "אם את מצויה ממש בתחילתו של הקשר ואת מרגישה ממש טוב, אל תספרי לאף אחד, לא לחברה טובה, גם לא לאמא שלך". "מדוע?", שאלה. "משום שברגע שאת מספרת לאחר, ללא קשר לרמת הפרגון שלו, את מעבירה בתוכך את החוויה הרגשית החזקה לחוויה של מילים, של תיאור, והורדת אותה למטה עשרות מונים". לא כל דבר חייבים ישר לתמלל. אפשר גם לחוות. הילדים של היום נמצאים כל הזמן מול הרבה מסכים, אבל הם לא חווים אף מסך באמת. הם כותבים בלוגים, חיים ברשתות תקשורת פייסבוק, טוויטר ועוד, אבל לא שומרים את החוויה ברמת הרגש. בת 18 אומרת לי: "חבר שלי אמר לי בפעם הראשונה שהוא אוהב אותי". אמרתי לה: "ואיך הגבת?" השיבה: "הוצאתי מיד את הטלפון וצילמתי אותו". אמרתי לה: "פעם ראשונה בחיים שמישהו אומר לך אמירה רומנטית בעוצמה כזו ומה שיש לך בראש זה לתעד את זה?" אמרה: "בטח, ישר שמתי את התמונה בבלוג". לא לחינם אנו מזהים היום אצל ילדים כבר בגיל 8-9 חווית ניכור מן העולם שפעם היינו מתמודדים עימן בגיל ההתבגרות והן נבעו בעיקר משינויים הורמונליים.

מה משמעות כל זאת על תפקוד הצבא? כשאתה שואל הורים לחייל קרבי מה הוא מבקש כמתנת גיוס, רבים מדברים על מכשירי טלפון אינטרנטי מתקדמים וקונסולות משחקים ניידות כדוגמת PS. אתה נכנס למאהל של יחידה קרבית ומגלה, שבדומה להפסקות בבית הספר, חלק ניכר מזמנם הפנוי מבליים החיילים לבד מול המסך האישי. לפני עשרים שנה לערך, ישבתי במאהל זה ודיברתי כל הזמן עם החבריה. נכון, תוכני השיחה היו של בחורים בני 19 שלא רואים הרבה נשים בסביבתם ועל כן לא אצטט כאן ממבחר הנושאים, אבל שיתפנו איש איש את רעהו בחוויות אינטימיות, בתחושות לגבי המפקדים, ההורים, החברה, יצרנו קבוצה מאוחדת שחיה כולה בהווה צבאית. ההשלכה הראשונית של המצב החדש היא שוב ביכולת ליצור קבוצה, דבר שיתבטא ברמת הסולידריות שמובילה להשתמטות אפורה וחוסר מוטיבציה ביחידות עורפיות ולרמת תפקוד ירודה בשטח ביחידות השדה, גם במצב לוחמה. מה יתרון הלחימה של חיילים צעירים ללא משפחות? הם חסרים את הניסיון אבל כל עולמם נמצא בצבא. אם תעקוב אחרי החייל הקרבי היום, אפילו בסיטואציה אינטנסיבית כמו אימון, תגלה שיומו, בחסות הטכנולוגיה, מצוי במגוון של שדות חיים שרק אחד מהם הוא הצבא: יש בו משפחה, חברים, משחקי מסך, רשתות תקשורת עם קבוצות אחרות באמצעות תוכנות מסרים מידיים, מוזיקה, סרטים, אינטרנט ועוד. המפקד שקורא שורות אלו: עקוב בבקשה אחר הנהג שלך, המזכירה שלך, ראש הלשכה





שלך במשך שעה אחת ורשום לעצמך את מספר פרקי הזמן בהם הלה מוריד את ראשו לשחק בטלפון, לשלוח מסרון לחבר וכדומה. כל בעל מקצוע רציני יאמר לך שהדרך למקצועיות טמונה ביכולת לשים את המשימה בראש מעייניך: אדם שכותב ספר נמצא ב"מנהרה של כתיבה" ואינו פנוי לדברים נוספים. "הפרופסור המפוזר" הוא כזה משום שראשו נתון כולו למאמר שהוא כותב, לשאלה המחקרית אותה הוא מנסה לפצח. כך גם חוקר משטרה, מכונאי הטרוד בבעיה וכדומה. אני מבקש מהסטודנטים להשתדל במידת האפשר ולא לצאת לשירותים, משום שברגע שהתנתקו מתהליך המחשבה קשה מאוד עד בלתי אפשרי לחזור זאת. החייל והמפקד הטרודים במספר עולמות מקבילים הם פשוט הרבה פחות מקצועיים, הם "הולכים לעבודה" ולא עובדים באמת. מדובר באנשים שמקבלים החלטות פחות טובות ומקדמים אנשים טובים פחות, שתופסים מקצועיות יתר כמטרד לסובבים, שלא מבינים את לב העניין ומוטרדים מזוטות. זהו שלטון הבינוניות, אנשים אלו שקועים בהווה ולכן פחות יוזמים ופחות מתמודדים עם בעיות עתידיות. זהו צבא שהופך ויהפוך לצביר של אנשים פרטיים שמסתובב במערכת אבל לא נותן לה את כולו, שמרכז פחות ולכן נפגע יותר בתאונות ובקרב, שלא מכניס את שמחת החיים שלו המובילה למוטיבציה, שלא חש שייך ואפילו מנוכר. גם הפטריטיזם והאמונה בצדקת הדרך החזקים ביותר לא יכולים לכסות על צורת התפקוד המתוארת כאן. באם לא יעשה דבר בנושא זה לא יהיה מנוס מאשר לעבור לצורה היחידה של מסגרת שיכולה להכיל הווה כזו - צבא מקצועי.

4. מהן היתרונות של האדם החדש?

בדיונים ובכנסים העוסקים בהשפעות הטכנולוגיה על האדם ובייחוד על האדם הצעיר ותהליך החיברות, שלטה עד לאחרונה המחשבה כי בשהייה הממושכת מול המסכים יש גם יתרונות רבים. דובר על יכולות מוגברות לחלוקת קשב, על מהירות תגובה וניתוח מצבים בזמן קצר (יכולת המועצמת לכאורה באמצעות משחקי מחשב), על היכולת לפתח אסטרטגיה ולנהל אסטרטגיה בעולם רווי ועל אנשים רחבי ידע החשופים לכול ובעלי פוטנציאל למצוא מידע בכל נושא. אלו דברים שאותם גם תשמע מההורה המתגונן מול ידיעה שבנו בן התשע שוהה כל היום מול המסך: "הבן שלי מנהל חיים של WEBKINZ 30, השבוע הוא הפיק חתונה שלהם. אתה יודע אילו יכולות ניהוליות צריך בשביל זה?".

לאחרונה מתברר יותר ויותר כי היתרונות האמורים מוגבלים מאוד. הכשל המרכזי מצוי במעבר בין עולם המסך למציאות. מסתבר שיכולות מול מסך אינן מועתקות למציאות הרב מימדית. לדוגמה: אשף במשחקי מחשב, GAMER מזדמן ושובר שיאים, לא יהיה בהכרח בעל תגובה מהירה בעולם האמיתי. נהפוך הוא, הקושי בעולם האמיתי מול ההצלחה בעולם הווירטואלי יכול אפילו להרתיע אותו מניסיון המציאות. כמה ילדים שמנמנים אנו מכירים, אשר יכולתם בכדורגל, במשחקי FIFA או ב-PRO EVOLUTION הן פנומנליות, כאשר הילד פורץ לשער כמו כוכב כדורגל מפורסם ובקול רם "משדר" לעצמו את המשחק, אבל כשאנחנו מוציאים אותו מהבית הוא לא מסוגל "לתת פס". גם יכולות ניהול ואסטרטגיה לא נמצאו כמחוזקות מחוץ למסך, בין השאר גם בגלל חוסר המשמעות של כישלון. דמה את ההבדל בין ילד אשר מחזיק בידו שלט ומניע מכונת צעצוע בסלון ביתו, ובין הילד שמחזיק שלט וזהו ומניע מכונת על מסך המחשב. בכל כישלון בשליטה במכונת של הילד בסלון, תיתקע המכונת בקיר או במכשול מזדמן, תיפגע, תיסדק מעט ותשמיץ קול. אם הילד לא יהיה זהיר הוא ישבור את המכונת. אותו ילד באותו שלט מול המסך לא יחוש את טעמו של הכישלון. שום דבר בעל השלכות למעשה לא יתרחש וגם אחרי שכתוב GAME OVER אפשר פשוט להתחיל מחדש, רק צריך ללחוץ שוב על הכפתור. בדימוי על תפקודו של המוח אנחנו יודעים כי כישרונות המסך מתבטאים בעיקר בפונקציה של עוצמה, של ווליום, ולא באיכות. זה יכול לעזור מעט לאיש בחיל נ"מ שיושב בתוך קרון ושולח טיל, זה יכול לעזור כידע משלים גם לטייס. המוני ילדים משחקים היום בסימולטורים שמדמים טיסה במטוסי קרב דוגמת F-16. זה עוזר, אבל אפילו לא מנבא הצלחה בקורס טייס.

ולגבי אותם הורים החושבים שהמחשב מרחיב את דעתם של ילדיהם: הביטוי המקובל בעולמם של חוקרי התרבות הצעירה לילדים כיום הוא "דור הפנקייק" - רחב ושטוח. הילד חשוף לידע רחב, אבל אין לו שום יכולות להבינו משום שהוא לא מוגש לו בצורה מובנית ומדורגת כמו בבית הספר או בתואר באוניברסיטה, משום שהוא לא מוכן לקרוא שום מאמר מעבר לפסקה בודדת, הוא ניזון באופן מוגזם מדימויים ויזואליים ומשום כך צר אופקים ומחזיק בתפיסת העולם היחידה שנשאבת מכל האתרים שבהם הוא מעיין: כולם מנסים למכור ולכן הכול כסף. יספרו לך המורים על ילדים לא מקוריים, על אובדן היצירתיות ועל חוסר של מגוון דעות בכיתה, על ילדים שמקבלים הכול מן המוכן: כדי להיות "מווד" ולהיות "פנקיסט" כל הנדרש הוא ללכת לחנות קסטרו, אך איש לא מעצב את לבושו ומשנה אותו. בקש מבן עשרים לתקוע מסמר בקיר. רק תכין מראש ערכת עזרה ראשונה כי שיעור ה"מלאכה בנים" הוקרב כבר מזמן לטובת שיעור נוסף לקראת הבגרות שלא עוזר בשום מימד, אפילו לא למבחן הבגרות עצמו. כשאני, כחובב מוזיקה בן עשרים, הייתי נכנס



לחנות דיסקים הכרתי, פחות או יותר, את כל מה שהיה בחנות, לפחות בז'אנר הרוק. היום כשהמגוון עצום, הציפייה היא שלילדים יהיה עושר מוזיקלי אבל לכל מי שידבר עם מוכר בחנות דיסקים, יתברר עד כמה דל הידע שלהם. הם לא קונים דיסק שלם אלא מורידים רק את הלהיט ועל כן צורכים מוזיקה פשוטה מאוד וכמו כן מאבדים את היכולת לשמוע 13 שירים של אומן אחד וכך לקבל גם תפיסת עולם, להיחשף לאג'נדה אחרת. רבים הם בני הארבעים ומעלה שאומרים לך: "אני עוצבתי על ידי המוזיקה של שנות השישים-שבעים, זה מה שלימד אותי איך רצוי להתנהל בעולם, מה הוא האידיאל, מי צריך להיות המנהיג שלי". הילדים של היום כבר לא יאמרו זאת. כשאנו משקפים להם את הדברים הם אומרים: "מה פתאום, הלהקה הזאת נורא השפיעה עליי". אבל כשאתה יושב עם הילד בן ה-17 על המוזיקה של אותה הלהקה ש"נורא השפיעה עליי", אתה מגלה שההשפעה היא בעיקר באלמנטים של סגנון, תסרוקת ולבוש. משום כך גם האומנים כיום לא מתיימרים להגיד משהו מורכב, מאתגר, מתריס או מבקר. המוזיקאי הפופולרי האחרון בישראל שעשה זאת היה אביב גפן אשר כבר ב-1997 כתב את השיר הזה (ההדגשות שלי):

תצא מהמחשב

תצא מהמחשב תצא מהמחשב
תמיד הרי פחדת לצאת מהמחשב
תצא מהמחשב תצא מהמחשב
הזמן לצאת החוצה הגיע זמן לצאת

תצא מהמחשב תצא מהמחשב
אתה צולל למטה אתה עשוי כאב
תצא מהמחשב תצא מהמחשב
קשה לי כבר לשמוע הקול שלך דועך

אתה טובע בחוטים מתרחק מאנשים
אתה טובע בחוטים מתרחק מאנשים

תצא מהמחשב תצא מהמחשב
אני מתגעגע מתי אתה חוזר

5. מה עושים?

יש מספר פעולות שניתן לעשות בטווח הקצר בעזרת פקודות והכשרה מינימלית, מספר פעולות שדורשות השקעה כספית והחלטה נחושה ובנוסף יש ללמוד טוב יותר ועמוק יותר את כל מה שהוצג כאן בקצרה ולעתים בראשי פרקים. א. בטווח הקצר: יש להחזיר למפקדים את חשיבות הקשר עם יחידתם, חשיבות הקבוצתיות והיות המפקד חלק מהשלם. שיחות יחידתיות אחת לשבוע, שותפות של כל המפקדים בכל הפעילויות שעוברים החיילים, איסור על הפעלה של טלפון נייד בכל צורה ובכל פעילות מעבר לזמן הפנאי, דחיפה של המפקדים לפעילויות גיבוש עם יחידתם והעמדת כל מפקד מול חייליו בזווית נוספת מלבד זו המקצועית גרידא כמו בהעברת פעולות חינוך ואפילו צפייה משותפת בטלוויזיה של מפקד מחלקה עם חייליו ואחר כך דיון משותף על הנושא שצפו בו. יש להוסיף להכשרות בקורסי הפיקוד השונים - בה"ד 1, קורסי מפקדי פלוגות ומפקדי גדודים וגם בפ"מ, את הטכניקות ליצירת קבוצה ולאמנם בכך. אילו הן יכולות וכישורים שניתן לשפר עשרות מונים בעזרת לימוד והתנסות ותוך זמן קצר יחסית.

ב. בטווח הבינוני: יש להכניס את גורמי המחקר של הצבא ללימוד מרוכז של השלכות הסוציאליזציה הנוכחית על המסגרת הצבאית ועל איכות הצבא ולהוציא מסקנות לביצוע. ייתכן, למשל, שהצבא יחליט על איסור של שימוש אישי בכל מסך שהוא מלבד במקומות ציבוריים (כמו מועדון היחידה למשל), או על ניפוק טלפונים ניידים לחיילים ואיסור על טלפונים אזרחיים. טלפונים אלו יהיו חסומים ליכולות ספציפיות אשר "יפתחו" על פי התפקיד, הדרגה, הוותק וכדומה.





נספח : הטמעה של שיטות מחקר איכותניות ביחידות המחקר הצבאיות

מאמר זה הוא שילוב של מחקר אנתרופולוגי בעזרת "תצפית משתתפת", ראיונות מסוגים שונים וגם התבססות על מקורות כמותיים כמו סקרים וכל זאת בניסוח של תיאוריות סוציולוגיות עכשוויות. לא ניתן לחקור כיום בלי שילוב של שיטות מחקר. כדי לבצע סקר על החוקר לדעת מה לשאול, איך לשאול, איך לנסח וכיצד לנתח את התשובות. את זה הוא יכול לעשות באמצעות ראיונות לפני עיצוב הסקר ואחרי קבלת התשובות. כדי לבצע את הראיונות כהלכתו, לבחור בשדה השיח הנכון, להבין מה אומר לך המראיין ומה איננו אומר ובכלל כדי שהראיין לא יהיה מנותק "מהחיים" כמו מסך המחשב, אין מנוס מלבצע תצפיות ממושכות בשדה המחקר. ויתור על תצפיות עמוקות בשטח, מעודד את המגמה כי החוקר יבצע מחקר מצוין - אך בעיקר בנושא שהחוקר רוצה לחקור וגם כאשר ייתקל בתמות משמעותיות הן יסתתרו מעיניו או שלא יבין את משמעותן או הקשרן. צריך להיות בפנים, להרגיש כמו אוכלוסיית המחקר, להבין את החשיבה שלהם, את תפיסת עולמם, את ההווה שלהם, ורק אז לכתוב להם שאלות. צריכים להיות שם.



דיגיטמבלים? מה באמת עושה הטכנולוגיה למות...

זו לא כתבה שנועדה להפחיד מפני השפעות האינטרנט. היא רק רוצה לומר שהניסוי הדיגיטלי העצום שאנו משתתפים בו משנה ממש ברגעים אלו את המוח שלנו / אתי להט

אמריקה מוטרדת בחודש האחרון ממה שהשבועון "ניוזוויק" מכנה "משבר היצירתיות". זה התחיל במאמר שפרסמה ד"ר קיונג היי, פסיכולוגית מאוניברסיטת המחקר ויליאם אנד מרי בוורג'יניה, שלפיו מאז 1984 מנת המשכל של צעירים אמריקנים הולכת ועולה, אך היצירתיות שלהם ויכולתם לפתור בעיות בדרכים מקוריות דועכת. היצירתיות שמפגינים ילדים שנולדו בעשור האחרון היא כה נמוכה עד שלפי ההערכות, כאשר יגדלו, רובם לא יעמדו במבחני הקבלה של רוב החברות הגדולות באמריקה. קיונג סקרה במחקרה תוצאות מכל הזמנים במבחן TCT - שאלון שמחולק מאז שנות החמישים לתלמידי בתי ספר יסודיים ותיכונים, ומועד חשיבה יצירתית. המבחן נחשב לתאומי של מבחן ה-10 ומכונה, בהתאם, cc. היא גילתה שעד 1990 ציוני היצירתיות של התלמידים האמריקנים עלו בהתמדה, ובאותה שנה חל מהפך והם החלו להידרדר. כל שנתון חדש שמגיע לכיתה אל"ף משיג ציונים נמוכים יותר, וכיום הציונים מתקרבים לשפל כל הזמנים.

משבר היצירתיות אינו התעלומה היחידה שאופפת את הדורות הצעירים בארצות הברית. "איגוד המעסיקים הלאומי", מהארגונים הגדולים באמריקה להשמת אקדמאים, פרסם באחרונה נתוני סקר שנערך בקרב מעסיקים ומרצים באוניברסיטאות, ושב הלו מתארים צעירים שנולדו אחרי 1982 כעובדים ותלמידים שטחיים, קצרי רוח, לא ממוקדים, ללא יכולת לקבל ביקורת, מחוברים תמידית לאיפוד ולסלולרי ונסמכים ללא הפסק על הוריהם בלימודים ואף באתגרים בעבודה. מחברי הסקר האשימו בכך את הורי הצעירים. מחקר של המרכז הלאומי לסטטיסטיקות בריאות בארצות הברית גם פרסם לאחרונה שמאז 1997 השכיחות של הפרעות קשב וריכוז בילדים עולה בקצב קבוע של כ-4% בשנה. כיום, לפי הערכות, 12% מהילדים עד גיל 12 סובלים מהפרעות קשב.

לפאזל מצטרפת פיסה נוספת: במחקר שערכה אוניברסיטת CUL בלונדון התברר שעשרות מיליוני הגולשים באתר המאמרים והספרים הדיגיטליים של הספרייה הלאומית הבריטית אינם קוראים כמעט כלום, וגולשים באתר הטקסטים כמו ביוטיוב. ניתוח נתוני הגלישה באתר הראה שבשנים 2003-2008 זמן הקריאה הממוצע של מסמכים וספרים בו היה פחות מדקה. עורכי המחקר כינו זאת "החלפת הרגלי הקריאה המסורתית בהרגלים של סריקה-מאומצת", וקישרו זאת לזמן ההולך ומתארך שהבריטים מקדישים לגלישה באינטרנט. ואכן, בשנתיים שקדמו ל-2008 הוכפל הממוצע העולמי של זמן הגלישה ברשת, מ-6 שעות בשבוע לאדם ל-12 שעות בשבוע. משך השהייה הממוצע של אדם מערבי מול מסכי הטלוויזיה, המחשב, הטלפון ומסכים ברחוב ובבתי עסק נאמד כיום ב-8 וחצי שעות ביום.

"גוגל הופכת אותנו לטיפשים"

"אלה האינטרנט, הסלולרים והאיפודים. הם משנים יותר מאשר את הכלכלה והתרבות. הם משנים את המוח שלנו, פיזיולוגית. הם גורמים למוח לפעול אחרת וכתוצאה הופכים אותנו לאנשים שחושבים ומרגישים אחרת. יש לזה השפעה שאת ממדיה כבר אפשר להתחיל לראות, ונתפוס אותם היטב כאשר הדור שנולד להורים מחוברים טכנולוגית יגדל", כך אומר ל"מוסף כלכליסט" ניקולס קאר, סופר המסקר בשנים האחרונות את עידן המידע והשפעותיו, ושספרו "The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains" ("רדודים: מה האינטרנט עושה למוחנו") שיצא בחודש יוני בארצות הברית מאגד עדויות מחקריות להשפעות השונות של החשיפה המוגברת לגוגל, ויקיפדיה, סמארטפונים, בדיקות אימייל תכופות, עבודה בריבוי משימות ובילוי מול מסכים מרצדים מסביב לשעון.

המחקרים שקאר סוקר מתאגדים בספרו לביקורת על הרשת ועל אורח החיים שהיא עומדת במרכז. לפיה, אנשים שלאורך זמן מרבים לגלוש ולעבוד במולטיטאסקינג נהפכים - פיזיולוגית - לאנשים בעלי יכולת מהירה יותר לתפוס, ללמוד ולקבל החלטות, אך משלמים על כך מחיר כבד: הידרדרות ביכולת להתרכז, לחשוב לעומק ולנתח, אובדן יצירתיות, פגיעה בזיכרון, קהות רגשית והידרדרות באיכות עבודתם - והפגיעות אינן שם נרדף לשינוי בהרגלים, אלא אובדן אמיתי של היכולות השכליות.



קאר (51) אינו ריאקציונר המפחד מטכנולוגיה. הוא העורך האחראי לשעבר של מגזין הניהול הנחשב "הרווארד ביזנס ריווייו", וחבר בשנות התשעים כמה מהספרים המשפיעים ביותר על התפתחות ענף ההייטק בכלכלה. אבל בשנים האחרונות הוא מסתמן כנביא הזעם בשער האינטרנט. בשנת 2008 פרסם במגזין "אטלנטיק" את המאמר "האם גוגל הופכת אותנו לטיפשים?". הוא תיאר שם איך השימוש הממושך ברשת פגע בכושר הריכוז שלו, וטען שההרגל לפנות לגוגל בעת חיפוש אחרי תשובה יביא למצב שבו בעתיד סדר תוצאות החיפוש באתר יחליף עבור רבים את שיקול הדעת והחשיבה הביקורתית. "בעולם שבו גוגל היא האידיאל, המוח האנושי הוא מחשב מיושן שיש להחליפו", כתב. המאמר עורר דיון נרחב ושימש השראה למחקרים רבים שקאר מאגד בספרו החדש.

"בשנתיים האחרונות מתברר שמדובר ביותר מתחושה כללית", אומר קאר ל"מוסף כלכליסט". "חקר המוח העדכני מלמד שכל פעולה שאנחנו עושים משפיעה על הארגון של הנוירונים במוחנו, וכאשר אנחנו חוזרים על פעולות שוב ושוב, הדבר משפיע על מבנה מוחנו, ולא רק בקרב ילדים אלא בכל גיל. דבקות בתבניות מסוימות גורמת לכך שהמעגלים הרלבנטיים להן במוח מתחזקים, ואלה שנזנחו נחלשים ולבסוף נעלמים. כיום, אנחנו שקועים בתבנית הולכת ומתגברת של מולטיטאסקינג, קליטת כמויות עצומות של מידע שקופצות עלינו מכל פינה, גירויים רבים וסיפוקם המיידי. אנחנו מרגילים את המוח שלנו לדפוסים שמתאפיינים במידיות ושטחיות. אנחנו הופכים את המוחות שלנו לרדודים ובינוניים, ולא מבחינה מטאפורית אלא מבחינה פיזית.

"הבחנתי בזה על עצמי, עוד לפני שהתחלתי לחקור את העניין", ממשיך קאר. "בעבר ספרים מילאו חלק גדול בחיי, ובשנים האחרונות הרגשתי שבכל פעם שאני פותח ספר אני נתקף אי שקט, רעב לאימיל, להתעדכנות באתרים הקבועים שלי. חברים סיפרו לי שאותו הדבר קורה להם כאשר הם נדרשים לקרוא טקסט ארוך ומודפס. גם הם, כמוני, התקשו יותר מבעבר להתנתק מהכול ופשוט לחשוב לעומק על משהו - על כל דבר. הייתי צריך להתרחק מהרשת כדי לחשוב על מה שקורה לי ולהם, ואז התחלתי לראות את הדפוס החוזר. התחלתי לראות שהרשת מחוללת שינוי היסטורי בחברה כפי שכל שינוי טכנולוגי השפיע על המחשבה שלנו. כפי שהשעונים המכניים הניחו את היסודות לחשיבה המדעית והספרים הניחו את היסודות להשכלה ולנאורות, הרשת עושה לנו משהו עכשיו".

מה עושות חמש שעות אונליין

בספרו, קאר מצטט את העתידן וחלוץ חקר התקשורת המנוח מרשל מקלוהן, שאמר כי "המדיום הוא המסר", כלומר שיטת המסירה משפיעה עלינו לא פחות - ואף יותר - מתוכן המסר. הוא מתאר בספר איך הספרים עצמם נחשבו, כאשר נולדו כמה מאות לפני הספירה, לכאלה שיפגעו ביכולות השכליות ו"ייצרו שכחה בנשמה", כדברי סוקראטס. והוא מתאר גם את התמורה שקיבלנו על אובדן הזיכרון ויכולות המסירה בעל פה: הנמצאת הדפוס במאה ה-15 היא שאפשרה את אגירת הידע האנושי, פיתוחו ופריחתו, והיא שהולידה את הרנסאנס וההשכלה והביאה את העידן המודרני. "הספרים לימדו אותנו להעמיק בחשיבה ולנתח", אומר קאר. "חשיבה מעמיקה, כמו קריאה מעמיקה, אינה טבעית לבני אדם. בני אדם הם ציידים ולקטים. האינסטינקט שלנו אינו להתרכז בבעיה גדולה אחת אלא להיות ערים לסביבתנו כל הזמן. השורות של הספרים המודפסים השאירו את גירוי העולם בחוץ, והן אימנו אותנו בריכוז ובחשיבה ארוכה ומעמיקה. טקסט דיגיטלי משנה זאת. המדיום משנה זאת. זה לא שאתה לא יכול לקרוא ספר שלם במחשב ולהתעמק בו, אבל המדיום לא מעודד את זה. הוא מעודד את ההפך, הוא קורא לך כל הזמן לבדוק מה קורה במקום אחר, וכך פונה לאספקט הפרימיטיבי במוח. והתוצאה היא אימון לקריאה אחרת. קריאה רדודה ותכליתית, ששואבת מידע אבל לא חוכמה. ומכיוון שיתכן שהקריאה הזאת יותר טבעית לנו, היא עשויה להחליף לגמרי את הקריאה המעמיקה".

קאר אינו עוסק רק בשינויים בסגנון הקריאה אלא בשינוי הכולל שלדעתו שנים של גלישה מחוללות במוח. כראיה לכך שהמוח אכן עובר שינוי הוא מגייס מחקרים רבים בניירולוגיה, שמאז סוף שנות התשעים עברה קפיצת דרך, בזכות ההתפתחות והתפוצה של מכשירי ההדמיה fMRI, שממפים את המוח ומציגים בזמן אמת את הפעילות החשמלית שמתרחשת בו. קאר מציג בספר מחקר מתחילת העשור שבו נסרקו מוחותיהם של מאות נהגי מוניות בלונדון כדי לבדוק אם היכרותם המפורסמת עם רחובות העיר באה לידי ביטוי במבנה המוח שלהם. ואכן, אצל כולם התגלתה אנומליה קטנה: ההיפוקמפוס האחורי, אזור במוח שאחראי לזיכרון מרחבי, היה אצלם גדול ומפותח יותר. אך הבדיקה גילתה שלמורכבות היתר של ההיפוקמפוס האחורי היה מחיר. כבמשחק סכום אפס, ההיפוקמפוס הקדמי שאחראי למשימות זיכרון אחרות היה מפותח אצל רובם הרבה פחות מהממוצע.



הבלאי הטכנו-מוחי

בדיקות של השפעת האינטרנט על הפעילות המוחית הולכות ומתרבות בשנתיים האחרונות, ותוצאותיהן מתחילות להגיע לעיתונות העולמית. אחד החוקרים המרכזיים בתחום הוא ד"ר אליאס אבוג'אודה, מנהל הקליניקה להפרעות בשליטה על דחפים באוניברסיטת סטנפורד. בתחילת 2011 אבוג'אודה יפרסם את הספר "האתה הווירטואלי: הרשת וסדיקת האני", שירכז את ממצאיו לגבי ההשפעות של שימוש יתר ברשת.

והממצאים מדאיגים. אבוג'אודה גילה שמעבר מהיר בין דפי אינטרנט גורם למוח לשחרר מנות קטנות של דופמין, כימיקל שמשפר את מצב הרוח ומעורר מוטיבציה, אבל שכמות לא מאוזנת ממנו פוגעת בזיכרון לטווח קצר וביכולת להתמקד, ונחשבת לגורם נפוץ ביצירת הפרעות קשב. "המוחות שלנו לומדים לעבוד כמו דפדפן הפראקטיבי, ללא חוסם פופ-אפים", אומר אבוג'אודה בשיחת טלפון עם "מוסף כלכליסט". "יש לזה מחיר קוגניטיבי. במחקר בטיוואן גילו שבקרב סטודנטים שמכורים לאינטרנט ולאייפון, 32% סובלים מהפרעת קשב (ADHD). בקרב סטודנטים שממעטים להשתמש באינטרנט רק 8% סובלים ממנה. אני גם מראה את השפעת הרשת על הזיכרון - לא רק מבחינת הנירונים אלא מבחינת מה שקורה לזיכרון כאשר אנחנו מסתמכים עליה. אם מעמוד הפליקר ניבטות אליך 300 תמונות מהחופשה האחרונה במקום חמש תמונות משמעותיות, האם זה ישפיע על היכולת שלך להיזכר ברגעים היפים באמת? תעצור ותחשוב על זה לרגע".

דמות מוכרת בעולם האקדמי שהתייחסה באחרונה להשפעות הגלישה על המוח היא הפסיכיאטרית נורה וולקוב, ראש המרכז האמריקני למלחמה בסמים. וולקוב הופיעה ב-2007 ברשימת 100 האנשים המשפיעים באמריקה של המגזין "טיים" לאחר שמחקר פורץ דרך שלה גילה שהתמכרות לסמים אינה רק גופנית ופסיכולוגית, אלא בעיקר מוחית. ההתמכרות משנה את מבנה המוח, ושינוי זה הוא האחראי לייסורי גמילה. מחקרה מהווה היום בסיס לפיתוח שיטות טיפול ותרופות חדשות להתמכרות.

ביוני וולקוב התראיינה לתקשורת האמריקנית לאחר שחקרה את תופעת ההתמכרות לאינטרנט. כאשר התבקשה להשוות את האינטרנט לסמים, אמרה שמבחינה מוחית, ההתמכרות לאינטרנט דומה יותר להפרעת אכילה. היא תיארה עוד קווי דמיון: כמו בהפרעת אכילה, ככל שהמוח מקבל יותר מהגירוי הוא צמא אליו יותר, והצריכה המופרזת והמצטברת גורמת לתופעות לוואי לא בריאות. במקרה של צריכת אינטרנט מופרזת, אמרה וולקוב ל"ניו יורק טיימס", נוצרות רמות לחץ גבוהות והזיכרון לטווח קצר נפגע. "וכן, הטכנולוגיה מחווסת מחדש את המוח", סיכמה.

גארי סמול מאוניברסיטת UCLA בקליפורניה הוא מהפסיכיאטרים המובילים כיום בתחום הצעיר של חקר השפעת האינטרנט על המוח, והוא מצוטט מרכזי בספרו החדש של קאר. סמול הציע באחרונה הסבר מדעי לתופעה שמוכרת לגולשי אינטרנט רבים: העובדה שבניגוד לצפייה בטלוויזיה, למשל, הגלישה אינה מעייפת. אנשים שומרים על רמת ערנות קבועה במשך לילות שלמים של גלישה באינטרנט, גם אם כמעט נרדמו רגע לפני שפתחו את הדפדפן. רק לאחר הגלישה הם מתחילים להרגיש, בתוך כחצי שעה, עייפות, חוסר מיקוד ועצבנות. סמול גילה שבעת גלישה ברשת, בלונט יותרת הכליה מפרשה כמויות אדירות של ההורמונים המעוררים קורטיזול ואדרנלין. ההורמונים אלה מאיצים את תהליך חילוף החומרים, מספקים אנרגיה מוגברת לגוף, וכן משפרים את מצב הרוח וממריצים את זרימת הדם למוח. אך כמות מופרזת מהם גורמת לאחר זמן מה לפגיעה זמנית בזיכרון ובכושר ההבחנה, שבאה לידי ביטוי בשגיאות הולכות ומתרבות בעת ביצוע משימות פשוטות.

הסיבות לגירוי הבלונט הן בגדר השערות בלבד - אחת מהן היא שהאבולוציה יצרה את המנגנון הזה כדי לסייע לבני אדם לשרוד בסביבה לא מוכרת ומלאת הפתעות וסכנות. בדיוק כפי שהתחושה המפורסמת של "פרפרים בבטן" מיוחסת להאצה של זרימת הדם בגוף לפני התמודדויות גורליות, שמטרתה להביא את האדם לדריכות וכושר מקסימליים. גלישה באינטרנט, לפי השערה זו, יוצרת תחושה מלאכותית של הימצאות בסביבה מסוכנת ולא צפויה. אך כך או אחרת, התוצאות של פעילות היתר של הבלונט הן בדוקות ואינן בגדר השערה: עודף ההורמונים מתחיל בשלב מסוים להשפיע על פעילות המוח, ובפרט על האזורים שאחראים למצב הרוח ולחשיבה מאומצת.

סמול טוען במאמריו שפירושו של עודף הפרשת ההורמונים הוא שישנה "רמה מזיקה" של שימוש באינטרנט - גם אם זו עדיין לא נאמדה בבירור. הוא מכנה את הנזק "בלאי טכנו-מוחי", וכותב שלאורך זמן הוא עשוי לגרום ל"בלאי" ממשי במבנהו היסודי של המוח ולהידרדרות בתפקודים שונים. קאר מצטט בספרו אזהרה של סמול, שלפיה עודף מתמשך בקורטיזון, אדרנלין ו"בלאי טכנו-מוחי" שמשתלבים במאמץ גבוה של אונות המוח הקדמיות - שפעילות במיוחד בעת גלישה ברשת - עשוי בטווח הארוך לפגוע ביכולת הבסיסית לזיהוי פנים. קאר ממשיך ומשווה את ממצאיו של סמול לדו"ח



של חברת המחקר האמריקאית אינפרנטאל פוקוס שיצא ב-1997 ובשעתו לא זכה להתייחסות. לפי אותו דו"ח, שהסתמך גם הוא על ניסויים שכללו מחקרי מוח משנות התשעים, מוחותיהם של בני נוער שמרבים לשחק במשחקי וידאו פועלים אחרת ממוחותיהם של יתר בני הנוער - אזורים אחרים במוח מופעלים אצלם כאשר הם מנסים לחשוב.

משבר הניחול האמיתי

ניסויים רבים מראים כיצד ההשפעות הללו באות לידי ביטוי בעבודה ובחי היומיום. אייל אופיר, בעל תואר מתקדם מהמחלקה לפסיכולוגיה באוניברסיטת סטנפורד, זכה בכמה פרסי הצטיינות במחקר בזכות ניסוי שפיתח, שגילה שככל שאנשים צוברים יותר ניסיון במולטיטאסקינג - כלומר בעבודה תוך ביצוע של כמה משימות במקביל - הם נהפכים למרבה ההפתעה, דווקא לפחות טובים בכך.

אופיר יצר מבחן ממוחשב שבו הנבחן רואה הבזק של תמונה ובה מעוינים אדומים וכחולים, הבזק נוסף של תמונה דומה, ולאחר מכן הוא נשאל האם המעוינים האדומים שינו את מיקומם. לאחר מכן מופיע עוד זוג הבזקים, וחוזר חלילה. הדרישה היחידה במבחן היא לעקוב אחרי המעוינים האדומים ולהתעלם מהכחולים - בלי תכסיסים. אופיר חילק את נבדקיו לשתי קבוצות - אנשים שמבצעים מולטיטאסקינג בקביעות כחלק משגרת עבודתם, ואנשים שממעטים במולטיטאסקינג.

תוצאת המבחן היתה מובהקת: על אלה שלא היו מורגלים בריבוי משימות מספר המעוינים הכחולים לא השפיע, והם הצליחו ברוב הפעמים. אבל בקרב המולטיטאסקרים הכבדים, ככל שמספר המעוינים הכחולים עלה, עלה מספר הטעויות. מרבי המשימות התקשו לחסום את המידע הלא רלבנטי. במבחן אחר של אופיר, שבו הוצגו בפני נבדקים בזה אחר זה צמדים של מספר לצד אות, והם נדרשו להשיב כמה שיותר מהר אם המספר הוא זוגי או אי זוגי ואם האות היא עיצור או תנועה, ציוניהם של המולטיטאסקרים היו נמוכים עוד יותר. הם פשוט פיגרו.

התופעה הזאת מוכרת בעוד מוסדות מחקר. הפסיכיאטר אדוארד האלוול שנחשב לסמכות עולמית בחקר הפרעות קשב וריכוז טוען כי קושי להתעלם מהפרעות הוא תוצאה של "אינפומאניה" - השם שהוא מעניק להתמודדות עם יותר מדי מידע. לפי האלוול, אנשים שמוקפים ביותר מדי טכנולוגיה נוטים לעבוד יותר שעות אך מייצרים פחות פלט, חושבים באופן שטחי ומולידים פחות רעיונות מקוריים. "עובדי מידע ומנהלים בעולם נמצאים כיום במשבר שקט", אומר "מוסף כלכליסט" נתן זלדס, בכיר לשעבר באינטל ישראל וכיום מומחה ארגוני המתמחה בפתרון בעיות שנבעות מהצפת מידע, "ככל שכמות המידע עולה עולה העומס המנטלי, והפרודוקטיביות, היצירתיות והבריאות של מנהלים ועובדים מידרדרת. באינטל ישראל למשל, עובד ממוצע מקבל מדי יום 100 אימיילים בנושאי עבודה, וסובל מהפרעה מדי שלוש דקות. זה גורם למתח תמידי ומונע את הפעולה הפשוטה והחיונית של חשיבה. הדברים האלה באים לידי ביטוי בתוצאות של כל הארגון".

אבל במציאות רואים מסביב חדשנות וצמיחה. אם הבעיה כה נוראה, היינו מרגישים בזה, לא? "שים לב שרוב החדשנות היא עיצובית ושיווקית. פתרונות יצירתיים מומצאים הרבה פחות מבעבר. הסופר מייקל קרייטון אמר פעם: 'בחברת האינפורמציה איש אינו חושב. מצפים מאיתנו להעביר מהעולם את הנייר, אבל העברנו מהעולם את המחשבה'. אני מסכים. אנחנו במשבר מחשבתי יצירתי. פרקי הזמן שדרושים להרהור, לעיכול, לתובנה, נעלמו. כיום הזמן היחיד שאפשר לחשוב בו הוא חמש הדקות לפני הנחיתה, שבהן הדיילת מבקשת לסגור את המחשב. בשאר הזמן אנו מוקפים בצלצולים, הודעות קופצות, תוכנות וערוצי בידור. הטכנולוגיה גוזלת אותנו, ולא נשאר מאיתנו מספיק כדי להשקיע במקומות שבהם שינוי אמיתי ויצירתי יכול להתרחש".

ומה זה עושה להורות

ההסתערות המדעית על השפעות האינטרנט אינה מוקדשת רק לשינויים שכליים ולהשפעה על פריון העבודה. מחקרים חדשים עוסקים גם בהשפעות השימוש המוגבר בטכנולוגיה על כישוריהם החברתיים של אנשים. גם בתחום זה מובילים סמול וצוותו מ-UCLA. אחד ממאמריו של סמול מציג את מה שנראה כמו הסבר מדעי לדמותם האופיינית של חנוני המחשבים: אנשים שמשתמשים יותר ברשת מציגים לאורך זמן שיפור ביכולות התפיסה ובמהירות הקליטה, ושיפור בכישורים טכניים שונים. אך לצד זאת, הם מציגים הידרדרות ביכולת להביא אמפתיה ולחוש אותה, וכן בכישורים חברתיים אחרים.

לפי סמול, כמו גם לפי מחקריו של פרופ' אנטוניו דמאסיו שעוסק בחיבור בין חקר המוח למדעי ההתנהגות, אנשים שנחשפים לרשת מגיל צעיר לומדים לבצע החלטות מהירות שמבוססות על ניתוח מזרז ושכלתני של פרטים רבים - כמעט בלי לערב רגש. דמאסיו טוען שאצל אותם אנשים, השכלתנות תבוא על חשבון הרגש גם בהחלטות מוסריות.



כלומר, ילדי הרשת "ידפדפו ויקליקו" גם כאשר זולתם יפנו אל לבם. "האינטרנט משכלל את המערכת השכלתנית שלנו אך לא מאיץ את הרגשית", כתב דמאסיו במאמר מצוטט. "האחרונה לא תיעלם, אבל תישאר אטית כבעבר, ולכן פשוט לא תעמוד בקצב שבו נתרגל לקבל החלטות. מהירותה של הטכנולוגיה הופכת אותנו בפועל ליעילים יותר אבל רגישים פחות".

וישנו גם תחום אחד בחיים שלא נחוצים סורקי מוח כדי להבחין כיצד החיבור התמידי לטכנולוגיה משנה אותו לרעה - הורות. ד"ר דנה זוסקינד, חוקרת ומנתחת שפה מאוניברסיטת שיקגו, עקבה אחר שש משפחות בארצות הברית שבהן היו זוג הורים ופעוטות. היא הקליטה את השיחות בבית, ומיינה את ההקלטות לשניים: שיחות שהתקיימו כאשר הטלפונים והמחשבים בבית היו כבויים, ושיחות שהתקיימו כשהם עבדו. היא מדדה וגילתה שכאשר הטכנולוגיה בבתים עבדה, מספר המילים שנאמרו בשיחות היה קטן בכמחצית ממספר המילים שנאמרו כאשר המכשירים היו כבויים. שיחות בין ההורים והילדים התחלפו, עם הדלקת המסכים, בחילופי דברים שבהם הילד ביקש תשומת לב, וההורים שבו ואמרו "עוד שנייה, עוד דקה, אמא רק מסיימת משהו".

הממצא הזה משמעותי, כיון לפי מחקרים פורצי דרך שפורסמו בשנות ה-90, מספר המילים שהורים אומרים לילדיהם הפעוטות משפיע ישירות על התפתחות כישורי השפה והאינטליגנציה של הילד. ניסויים וסקרים ממושכים הניבו המלצות מעשיות להשמיע לתינוקות וילדים לפחות 2,000 מילים בשעה כדי להבטיח התפתחות תקינה ומהירה של אוצר המילים שלהם והבטחת תשתית ליכולתם ללמוד לקרוא מהר - והורים ששקועים במחשב או בבלקברי מאטים את התפתחות השפה של ילדיהם.

"ההבדל בין התנהגות ההורים כשהטכנולוגיה הייתה דלוקה והתנהגותם כאשר הייתה כבוייה היא עדות להיווצרו של 'אני' חדש שדר בתוכנו, בכפיפה אחת עם האני הישן", אומר ל"מוסף כלכליסט" אבוג'אודה מאוניברסיטת סטנפורד. "האני החדש הוא אגרסיבי יותר, לכאורה עסוק ויעיל יותר, אך למעשה אימפולסיבי ולפעמים לא אחראי, קצת כמו ילד. חשוב מאוד שנהרהר בלידתו של האני הנוסף שלנו, ובסכנה שיפורר את האני החברתי, ההורי, הרגיש לעולם של כאן ועכשיו. הבעיה היא שבעידן האינטרנט גם קשה להרהר. אנחנו בעיצומו של ניסוי חברתי ענק, ואין לנו כלים להעריך עד כמה הוא ישפיע על חיינו".

איך לא נאבדים בדרך

הממצאים הראשונים לגבי השפעות האינטרנט על המוח והאופי רק מתחילים להצטבר, וההשלכות טרם נותחו. אבל יש כבר מי שממליצים על צעדים שיסייעו להאט את קצב השינוי. זלדס, למשל, ממליץ לארגונים שלהם הוא מיינץ לבצע ניתוק יזום ומבוקר של מהנדסי החברה מרשת התקשורת. בניסוי שהמליץ עליו באינטל, למשך כמה שעות בבוקר העובדים השתמשו באמצעי התקשורת שלהם באופן חד-צדדי: הם יכולים היו לגלוש, לבצע שיחות יוצאות ולשלוח הודעות אימייל, אך השיחות והודעות האימייל הנכנסות נחסמו. אפס הפרעות חיצוניות. לדבריו, תחושת הלחץ בעבודת המהנדסים ירדה פלאים.

בארצות הברית אף יצא לאחרונה ספר ניהול שמציע שיטה סדורה להתמודד עם הצפת המידע ולשמור על חשיבה חדה, מעמיקה וסדורה גם תחת מצור טכנולוגי. בספר "הבלקברי של המלט" ממליץ כתב הטכנולוגיה לשעבר ויליאם פאוורס על שורת הרגלים שלטענתו היו בשימושם של כמה מהאינטלקטואלים המפורסמים בהיסטוריה - שימוש במחברת נייר, כמו זו שמשמשת את המלט לפי שורות המחזה השייקספירי המקורי; התרחקות מכונת מהרמון אחת לכמה זמן לשם התבודדות והרהור, כפי שאפלטון וסוקרטס נהגו לעשות; ניהול הזמן ותשומת הלב לפי שיטות שמופיעות בכתביו של בנג'מין פרנקלין, מאבות האומה האמריקנית; ועוד עצות מתקופות שונות ומקורות השראה שונים בסגנון ספרות העזרה העצמית.

יש מי ששואבים מסוקרטס ומפחדו מעליית הספר הכתוב השראה אחרת, לקבל בשלווה את השינוי. ככלות הכול, גם הדאגות מפני האינטרנט מצייתות לכלל שניסח מחבר "מדריך הטרמפיסט לגלקסיה", הסופר וההומוריסטן דאגלס אדמס: "כל מה שהיה בעולם לפני שנולדת הוא נורמלי, כל מה שהומצא לפני שהגעתי לגיל 35 הוא מרגש ומהפכני ואפשר לעשות בזה קריירה, וכל מה שהומצא אחרי שהגעתי לגיל 35 הוא סוטה ומנוגד לדרך הטבע".

מאמר מאתר כלכליסט - <http://www.calcalist.co.il/local/articles/0,7340,L-3413627,00.html>



מפגשי אמת

פרשת "ו"ת א": מפגשי אמת אדם-אדם, אדם-אל / מוטי לקסמן
פרשת השבוע, פרשת "ו"ת א" כוללת בתוכה את אחד המצבים הקשים ביותר בהתנהלות בני-ישראל במדבר. משה נמצא על הר סיני: "ויהי מה הר רעים ים ורעים לילה" (שמות כד, יח) ואין אות ואין כל סימן. העם מאבד סבלנות ודורש מאהרון שיעשה להם אלוהים במקום משה, וכך מתהווה עגל הזהב שחוגגים לכבודו ומרקדים סביבו.

הפעם נפנה את דיוננו למצב שלאחר המשבר הקשה.
מתפתח נוהל של פנייה לה': "ויהי למב ה' יצא אל אהל מעד אר מחץ לחנה" (שמות לג, ז), במקום בו משה הציב אותו.

בשלב זה הסופר המקראי מתאר את התהליך: משה נכנס אל תוך האוהל לדבר עם אלוהים, ענן יורד על הפתח. כל העם רואה זאת ומשתחוה אל מול הענן בפתח אוהל מועד.

בשלב זה מופיע פסוק הטעון קושי גדול: "ודר ה' אל מה נים אל נים אר ידר אי אל רעה וב אל החנה" (שם, יא1). הקושי הוא בביטוי "נים אל נים", כי התפיסה הבסיסית ביהדות היא שאלוהי ישראל הוא בלתי נראה, להיפך מי שמנסה לראות אותו מסתכן בחייו: "ואמר לא תכל לראות את נ"י לא ירני הדם וחי" (שם, כ).

ולמרות אמירה חד-משמעית זו הסופר המקראי מוצא נכון לומר, בעת סיכום חיי משה: "ולא קם נביא עד יראל מה אר ידע ה' נים אל נים" (דברים לד, י').

יתר-על-כן, הביטוי מופיע בעוד מקומות במקרא, למשל, לאחר מאבק יעקב עם איש האלוהים מסופר: "וקרא יעקב ה' הקם נ"אל יראיתי אלוהים נים אל נים וצל נפ"י" (בראשית לב, לא). ואפילו משה עצמו משתמש במונח זה, לתיאור תחושת העם, בשחזורו את מעמד הר סיני: "נים פנים ר ה' עכם הר מך הא" (דברים ה, ד).

ובכן, כיצד ניתן להבין זאת?

אפשר לטעון שהכתוב במקרא משקף אמונה קדומה שלאלוהים דמות ופנים, ורק חל איסור לראותם. גם אם זה נתון שאפשר לאששו עדיין הדבר החשוב הוא לא אותה אמונה קמאית אלא ההבנה שהתפתחה במשך הדורות לגבי סוגיה זו. אכן, פרשנים מתייחסים לכך.

"ודיבר" עם משה דיבור כנגד דיבור. קול דיבור היה שומע אך זיו פנים לא היה רואה כמו שמדבר איש עם חברו. אחרי הסתלק קול הדיבור שב למחנה ושנה [ספר] הדברים לכנסיותיהם של יראל" (יונתן על אתר). גם רש"י מבין זאת כשמייע בלבד: "ומתמלל עם משה [...] ושב אל המחנה - לאחר שנדבר עמו, היה משה שב אל המחנה ומלמד לזקנים מה שלמד" (רש"י על אתר).

וגם עמוס חכם הולך בדרך זו: "כמי שבשעת דיבורו מכון את פניו אל מול פני מי שהוא מדבר אליו. ואין במשמעות הדברים, שראה כאן משה כביכול, את פני ה' [...] משה חש שמי ששוכן בעמוד הענן מכון את דיבורו במישורין אליו. משל לאדם המכסה את פניו במסכה, אבל הוא עומד מול חברו ומפנה את פניו אליו ומדבר אתו" [6].

עמדת הרמב"ם מורכבת יותר. מצד אחד, אין להניח שרציונליסט כמו הרמב"ם יעלה בדעתו שפני אלוהים הם ברי צפייה. מאידך, דבריו לנושא שלנו ניתנים להבנות שונות: "כל הנביאים בחלום או במראה ומשה רבינו מתנבא והוא ער ועומד [...] כל הנביאים על ידי מלאך, לפיכך רואים מה שהם רואים במשל וחידה, משה רבינו לא על ידי מלאך [...] אלא רואה הדבר על בוריו בלא חידה ובלא משל, הוא שהתורה מעידה עליו במראה ולא בחידות שאינו מתנבא בחידה אלא במראה שרואה הדבר על בוריו". יש המבינים את דברי הרמב"ם "כמאפיינים של הדרגה הנבואית הייחודית של משה" בהשוואה לכל שאר הנביאים. לפי תפיסה זו קשה להבין למה כוונת הרמב"ם באומרו "רואה הדבר על בוריו", האם "על בוריו" אין פירושו הדבר כפי שהוא???

אחרים מבינים כאן "לא את ראיית העין ביקש משה כי אם את ראיית השכל. ועל כך אמר לו הקב"ה כי אין בכוחו של בשר ודם להבין את ה' ואת דרכיו, י' לא ירני הדם וחי".

כלומר, פרשנים, האמונים על תורת ישראל אינם יכולים לקבל את פשוטו של הכתוב, אפילו זה משקף אמונה קמאית, כאילו פנים פגשו פנים.

איני בא לערער גישה זו.

אני רוצה להציע כוון אחר.



האם באמרנו ששני אנשים נפגשו ושוחחו פנים אל פנים אנו מתכוונים לראייה הפיזית של הפנים? ומה אם אחד מבעלי השיח הוא עיוור ואולי שניהם? לטעמי גם לאנשים פקוחי-עין אין המשמעות של פנים-אל-פנים מתמקדת, ובוודאי לא מתמצה, במפגש או בקשר הפיסי. מפגש פנים אל פנים הוא מפגש בו שני האנשים קשובים זה לזה, שני האנשים מתכוונים זה אל זה. כל אחד נמצא בשיח פנים-אל-פנים בנוכחות מלאה, כל אחד ממוקד בבן השיח ובדבריו. סיפור מפגשי משה ואלוהים הם אכן מפגשים כאלה: משה אינו רק בבחינת שומע, רק ממלא ציווי ה'. משה גם טוען, מבהיר ואף מבקר; אלוהים "מושפע" ועושה כדברי משה. באותו אופן, ניתן להבין גם את הצמדת המונח לתיאור העם בעת מעמד הר-סיני: "נים פנים ר ה' עכם הר מך הא" (דברים ה, ד). במעמד הר-סיני העם תפס את האלהים ואת דבריו באופן הקרוב והמלא ביותר. העם נכח במלוא מובן המילה, העם היה חלק בלתי נפרד מן התהליך, העם התכוון, הקשיב היטב עד כי נאמר עליו: "וכל העם ראים את ה' ואת ה' ידם ואת קל ה' פר" (שמות כ, יד). כלומר, נוצר צירוף מיוחד וחד-פעמי בין קליטה חזותית לקליטה קולית. אם-כן, לטעמי הביטוי "פנים-אל-פנים" מציין מפגש אמיתי ומלא בין שניים המעוניינים זה בזה וממוקדים ב"אתה" במשך הפגישה. כמה מפגשי בני-אדם, אכן הם מפגשי פנים-אל-פנים?



סטטוס אחרון ופרידה: עוזבים את הפייסבוק

הכינו את הדיסלייק, השחיזו את האיגנור: מגמת נטישה קלה עד בינונית מסתמנת בקרב ותיקי הפייסבוק, שקצים בשעבוד, באובדן הפרטיות, בהשוואות הבלתי פוסקות וביחסים השטחיים. שפרה קורנפלד, מושיק גלאמין ואחרים כבר בפנים (כלומר, בחוץ). לא תהפכו למעריצים?

"אנוכי פייסבוק אלוהי. לא תהיה לך רשת חברתית אחרת על פניי. לא תישא את האטנד לשווא. זכור את יום האיוונט לקודשו. כבד את מתייגך ומלייקקך. לא תרצח צ'אט מוצלח. לא תנאף עם חבר משותף. לא תגנוב סטטוס רעך. לא תענה ברעך אפליקציית שקר ולא תחמוד תיוג פניך".

בשנים האחרונות סחף הפייסבוק יותר מחצי מיליארד מאמינים אדוקים, העובדים אותו בדקות מדי יום. על סדר יומו של המאמין הממוצע: 55 דקות פייסבוק ביום, 130 חברים ו-12 קבוצות שבהן הוא חבר. בכל חודש: לחיצת "לייק" תשע פעמים בממוצע, כתיבת 25 תגובות והזמנה לשלושה אירועים.

אלא שבאחרונה נגלים סדקים באותה אמונה עיוורת: תנועה של עוזבים, פורקי עול, סוגרי פרופילים, שהשכילו להבין כי מידת השכר אינה עולה על העונש. הגל התחיל לפני שלושה חודשים, כשהתארגנה קבוצת מחאה גדולה בעקבות שינויים ברמת הפרטיות שמאפשרת הפלטפורמה, ומובילים בתעשיית הווידאו על עזיבת הפייסבוק.

בלוגר הטכנולוגיה המשפיע פיטר רוג'רס עזב את הפייסבוק בטענה כי למשתמש יש שליטה מוגבלת על רמת השיתוף, והבלוגר הניו יורקי ליאו לפורט הציג פודקאסט המפרט את שלבי ההתנתקות המסורבלים, שהדגימו עד כמה קשה להיפטר מפרופיל לא רצוי. הצירוף "איך להתנתק מפייסבוק" הפך לאחד הערכים הפופולריים לחיפוש.

כצפוי, לא חלף זמן רב והתופעה התחילה להתפשט גם בארץ, בעיקר בחודש האחרון. "הצטרפתי לפייסבוק לפני ארבע שנים, כשהייתי דיילת אוויר", אומרת שפרה קורנפלד, מראשונות העוזבים, שהצליחה להקדים את הגל הנוכחי.

אז זאת הייתה דרך נוחה לשמור על קשר עם אנשים לרוחב, במיוחד בתקופה שנעדרתי מהארץ הרבה וכשסוף סוף הייתי בבית - לא תמיד הספקתי להתעדכן. בכלל, תמיד הייתי גרועה בכל העניין הזה של לשמור על קשר. איכשהו נדמה לי שקשר טוב שומר על עצמו, ושברגע שהוא דורש שמירה - אולי פג תוקפו.

בכל אופן, נכנסתי לבית האח הגדול עם משהו כמו מאה חברים, מספר שתפח למשורו כמו 3,000 אחרי התוכנית - ואז פרשתי בשיא. למרות שתמיד כיף לדעת שיש לך 3,000 חברים אמת שיעמדו לצדך בכל דיסלייק ואיגנור. אני חיה את חיי מחוץ למארג החברתי המרתק שנקרא פייסבוק, ואם אני מפסידה משהו - אין לי דרך לדעת את זה".

הפרופיל של אמצא

מושיק גלאמין, 31, שחקן ושדרן רדיו, היה מראשוני הישראלים המצטרפים לפייסבוק - ומראשוני העוזבים. "לפני ארבע שנים, הייתי אצל חברים בניו יורק והם הפצירו בי לפתוח פרופיל, בטענה שגם לטכנולוג כמוני זה יהיה קל וידידותי. מהר מאוד פתחתי גם לכל החברים הקרובים פרופילים, ותוך שלושה שבועות כבר היו לי אלף בקשות חברות. עם הזמן הגעתי ל-5,000 חברים, כשכל הזמן אני מסיר אנשים שאני לא באמת מכיר, ומאשר חדשים. המון שמבקשים עצות מקצועיות לגבי משחק או סטיילינג, אנשים שמתעניינים בכיוון הרומנטי, למרות שהבנתי שאת האהבה שלי אמצא במקום אחר.

אבל אז, לפני כמה חודשים, כשהתחלתי להתעסק בזה גם דרך הטלפון הנייד, הבנתי שאני מכור ממש. בכל רגע הייתי בודק תגובות על סטטוסים, והחטטנות הפכה לאובססיה. ריבוננו של עולם! דווקא אני, שאוהב את הפרטיות שלי, ונמנע מאירועים יחצניים וגר במושב מחוץ לעיר?

הגעתי פשוט לרמות של גועל מעצמי ומאחרים, נמאס לי לראות את כולם כל הזמן, נמאס לי לשמוע על כמה הם רזים, ועל האוטו החדש והעבודה חדשה. אנשים רעים פותחים פרופילים פיקטיביים ומלכלכים ומכפישים על הקיר, הכול פרוץ, אין טיפת כבוד. חוץ מזה, פתאום גם לאמא ולדודה יש פרופיל, ולא מתאים לי שהן ידעו מה קורה בחיי הפרטיים.

הפכתי ממש לעבד של הפייסבוק: כל היום מוחק, מעדכן ועונה. אחד הדברים ששברו אותי היה לראות חבר שכותב סטטוס המביע צער על מותו של אמן מסוים, ואנשים עשו לזה 'לייק'. כשהחלטתי להתנתק, פרסמתי סטטוס של 'שבת



שלום אחרונה, ואנשים לא האמינו. אחרי שבוע סגרתי את הפרופיל, וכדי שלא אתפתה להפעיל אותו שוב, שיניתי את הסיסמה לסיסמה שלא אזכור".

רשמים ראשונים מהגמילה?

"ההתנתקות היא ממש התנקות, טיהור. אני גם נגמל מסיגריות. זה לא חסר לי בכלל, כי תכל'ס את האנשים שכן רציתי למצוא בפייסבוק, כמו אסתי הררי שעבדה איתי בצוות בידור באילת, או סרג'ון שהכרתי בלונדון ואיבדתי את מספר הטלפון שלו, מעולם לא מצאתי. אני עושה ספורט, נפגש יותר עם חברים, ושותל צמחים בחצר ביתי, במקום בחווה הווירטואלית".

מיכל לוי, 34, אם טרייה בחופשת לידה, סגרה את הפרופיל לפני שבועיים. "לקראת סוף ההיריון, חברה שידעה שאני מתכננת לקרוא לבתי אחינועם, הדביקה לי על הוול את השיר המקסים 'אחינועם לא יודעת' של אריק איינשטיין. הדבר החל לעורר דיון בנוגע לשם, בעד ונגד, וגם השם נעה עלה בדיון.

היו תגובות על כך שהשם אחינועם ארוך מדי, כבד מדי ומזוהה מדי עם הזמרת. שעתיים לפני הבריתה הדיון עוד תסס, כמו איזה מכרז המוני, כשאני עדיין בהתלבטות הרת גורל. במסיבת הבריתה, החלטנו, בעלי ואני, לקרוא לה נעה, ולא הייתי שלמה עם זה.

הדיונים הווירטואליים נמשכו גם לאחר הבריתה, ואז הבנתי שהרצונות שלי מתנהלים על ידי אנשים אחרים. אחרי כמה ימים החלפנו את השם לאחינועם, רשמנו אותה במשרד הפנים וסגרתי את הפרופיל.

אנשים שואלים אותי לאן נעלמתי, אבל יש לי את אחינועם הקטנה שכרגע מעסיקה אותי רוב הזמן. חזרתי לקרוא ספרים, לשמן את גלגלי המוח, וכן, יש התמכרות חדשה - פורומים של הורות ולידה".

פזית נאורי, 26, מעצבת גרפית במשרד פרסום גדול, מצהירה שלא זו בלבד שהיא מאוד מחבבת רשתות חברתיות - זה גם כלי עבודה יעיל מאוד. ובכל זאת, בחודש האחרון החליטה שהנזק כבד מהתועלת.

"מה שהיה כיף גדול הפך לכלי היחיד שדרכו אני מתנהלת", היא אומרת. "זה השתלט לי על החיים, ביליתי שם בכל רגע פנוי. מצאתי את עצמי עסוקה כל הזמן בהשוואות לחברים: אלה שכבר הספיקו להתחתן, בעוד שאני לא, אלה שמצליחים בעבודה יותר ממני.

כבר הרגשתי כאילו אנשים מתארכים ומתחתנים רק כדי לשנות את הסטטוס הזוגי שלהם בפייסבוק, ולראות את העדכון הזה עם הלב הוורוד. ממש לא חששתי לפרטיותי, אבל הרגשתי שאני יודעת יותר מדי על אחרים. הגעתי לרמות מטורפות של חיטוט גם אצל אנשים זרים לגמרי, כשלפתע הגעתי לפרופיל של האקס המיתולוגי. גיליתי שהוא התחתן עם בחורה שאני מכירה, ומצאתי את עצמי מחטטת להם בתמונות החתונה. זה כבר הכאיב יותר מדי, והחלטתי להתנתק. אני מתגעגעת, אבל שמחה על זה שהתפנה לי זמן לגלוש באתרים, שתורמים להתפתחות המקצועית שלי".

הפצע הנרקסיסטי

"הפייסבוק הוא טכנולוגיה שבאה לענות על צורך", אומר רביב שגיא, פסיכולוג קליני בכיר ומרצה לפסיכולוגיה באוניברסיטת בן גוריון.

"הצורך לראות ולהיראות, להשת"ף לקהילה, לשבט. ובאמת קשה להיות חלק משבט, לשתף ולהשתתף בעולם קפיטליסטי לא שיתופי בעליל. הבעיה מתחילה כשהטכנולוגיה משתלטת והופכת לעיקר, כשהיא הופכת מאפיק תקשורת לקשר העיקרי עם העולם. יש בזה מרכיב התמכרותי, ומאז האפליקציה הסלולרית אפילו יותר. אם אין לי פרופיל, אין לי זהות, וכל חוויה שאינה מתועדת בפייסבוק מאבדת מערכה. המהות מיטשטשת ובמקום זה משתלטת הכמות - מספר חברים, תגובות וכולי.

העניין הוא שלכל צורך ישנו הצורך המנוגד לו. כמו הצורך בחשיפה יש גם צורך בפרטיות, ואנחנו כל הזמן מזגזגים ומנסים לקבוע את הגבולות. אנשים מתחילים להרגיש עכשיו בהשלכות, מגלים את מחיר הטכנולוגיה, נוחלים אכזבות ומפחי נפש, ומבינים שזו לא תרופה לפצע הנרקסיסטי. יש דברים שאנחנו לא צריכים לדעת, שחשוב להשאיר בגדר הפנטזיה, כשמימושה הוא כבר על גבול הפרורסיה".

ד"ר יניב לויטן מאוניברסיטת חיפה, מומחה לשיווק באינטרנט, מציע סיבות קצת יותר קונקרטיות. "גולשים מתחילים להבין שזהו בזבז זמן, ואף קרקע לפשע וירטואלי ופזי: בתים שנפרצים בעקבות סטטוסים המודיעים על נסיעה לחו"ל, למשל, התפרצויות של וירוסים והאקרים, גניבות זהות וסייבר טרורזים.



ופניהם איש אל אחיו



גם חיבור הפייסבוק לגופי שיווק פוגע במידת האטרקטיביות. כל אתר שמשתמש עשה לו 'לייק' יכול ליצור קשר עם אותו הפרופיל, וזה תהליך מסוכן. ועדיין, 150 אלף פרופילים נפתחים בכל יום. תנועת העזיבה התחילה מעצומה וירטואלית של קנאי פרטיות, שבעקבותיה עזבו 30 אלף איש, אבל זו עדיין תנועה קטנה ואיטית, חסרת משמעות, שבסך הכול מספקת לפייסבוק פרסום נוסף".



אלף בית

אל"ף אייפון, בי"ת זה בלוטות', גימ"ל גוגל (אח גדול)
מהו דל"ת זהו דיויקס שפותח את הכל
ה"א זה הוטמיל וי"ו זה וירוס שחדר לי למחשב
זי"ן זי וחי"ת זה חלונות שאפח"ד לא אוהב

בני השש ובני השבע, אל"ף בי"ת אל"ף בי"ת
אתרים פורצים ברגע, אל"ף בי"ת אל"ף בי"ת
כל היום גולשים בצ'טים, אל"ף אל"ף בי"ת
והופכים אנאלפבתיים, אל"ף בי"ת

טי"ת זה טלנט יו"ד זה יוטיוב
כ"ף כבלים, ולמ"ד לייב
מ"ם ונו"ן זה מולטי-נטוורק
כך נוריד שירים לדרייב

סמ"ך סקריפט עכבר בעי"ן
פ"ה זה פייסבוק ופרטי
צד"י צ'יפ וקו"ף זה קרנל
רי"ש זה ראטר אלחוטי

בני השש ובני השבע, אל"ף בי"ת אל"ף בי"ת
אתרים פורצים ברגע, אל"ף בי"ת אל"ף בי"ת
כל היום גולשים בצ'טים, אל"ף אל"ף בי"ת
והופכים אנאלפבתיים, אל"ף בי"ת

מה צריך לבוא עכשיו? איפה שי"ן ואיפה תי"ו?
שי"ן שגיאה ותי"ו תוכנה, יצא שיר משהו
שי"ן שגיאה ותי"ו תוכנה, יצא שיר משהו
איכותי ממש כמו נייק, אז יאללה תעשו לי לייק

בני השש ובני השבע, אל"ף בי"ת אל"ף בי"ת
אתרים פורצים ברגע, אל"ף בי"ת אל"ף בי"ת
כל היום גולשים בצ'טים, אל"ף אל"ף בי"ת
והופכים אנאלפבתיים, אל"ף בי"ת



ביידיש זה נשמע יותר טוב / איתי להט

מחקרים עדכניים מגלים איך שפת האם מכתובה את יכולתנו לתכנן, לנווט, להשקיע בתבונה, לזהות צבעים וליהנות מהרגע

פרופ' פיליפ זימברדו אוהב ניסויים בלתי שגורתיים. הוא התפרסם לפני כ-40 שנה, בעקבות "ניסוי בית הכלא" המפורסם שבו חילק סטודנטים מסטנפורד לקבוצות "סוהרים" ו"אסירים" וערך במרתפי האוניברסיטה משחק הדמיית בית סוהר שיצא משליטה, נהפך לסיט סדיסטי וקבע אבן דרך בתולדות חקר הרשע האנושי. כעת, בגיל 77, כאשר הוא חוקר את השפעת מבנה שפתם של בני אדם על תפיסת הזמן שלהם, הוא שוב הולך על הקצה.

בניסוי האחרון שלו, שאותו הוא מתאר בספרו "The Time Paradox" שהתפרסם בשנה שעברה, אסף זימברדו סטודנטים מסטנפורד, הפנט אותם והורה להם לחשוב אך ורק במושגי ההווה, ולהתעלם מפעלים ומושגים שנוגעים לעבר ולעתיד. מטרתו הייתה לראות איך תשפיע המגבלה הזאת על מחשבות האנשים ומצב רוחם.

הסטודנטים חולקו לארבע קבוצות: חברי קבוצה אחת קיבלו את ההוראה תחת היפנוזה עמוקה. חברי הקבוצה השנייה קיבלו את אותה ההוראה בלי שהופנטו, אך התבקשו לציית כפי שלדעתם אדם מהופנט היה מציית. הקבוצה השלישית קיבלה את ההנחיה בלי כל אזכור להיפנוזה, והרביעית לא קיבלה כל הנחיה ושימשה כקבוצת ביקורת. התוצאות המדהימות התגלו מיד כאשר החל שלב הפעילויות. הסטודנטים ש"תוכנתו" לדבר רק במושגי ההווה נהנו מכל הפעילויות יותר מכל השאר. כאשר האזינו להקלטה של קדימון לסרט, שהתגלתה במפתיע כרווית גסויות, הם התגלגלו מצחוק בעוד יתר הקבוצות רק גיחכו. כאשר התבקשו לכתוב על הקדימון ביקורת שתוגש למרצה בכיר כתבו סיכומים כגון "פשוט אהבתי את הקטע המזוין!". וכאשר הורו לנבדקים ליצור כלי מחימר, המהופנטים היו היחידים שלא השלימו את העבודה. הם רק שיחקו בחומר עם אצבעותיהם עד אחרי תום הזמן שהוקצב להשלמת הכלי, ורק כאשר הורו להם להפסיק לשחק בחומר עזבו אותו, מחייכים, וניגבו את ידיהם המלוכלכות בבגדיהם. "השינוי התבצע בשפתם, ולכן גם במחשבתם. הם נהפכו למרוכזים אך ורק בעכשיו", כתב זימברדו בספרו.

"משפחתי באה מסיציליה, ובדיאלקט הסיציליאני אין צורת פועל עתיד", סיפר זימברדו בשיחת טלפון עם "מוסף כלכליסט". "יש 'was' 'is' 'will be', וזה משפיע על המנטליות. כילד הבחנתי כמה ההורים שלי התרפקו על המורשת המשפחתית, ועל האהבה שלהם לאוכל טוב, יין, מוזיקה. כמו הרבה מהגרים מדרום איטליה, הם פשוט לא תכננו לעתיד. השפה לא הביאה אותם לחשוב על זה. לי נתנו ללכת לבית ספר רק כי זה חויב בחוק. זה היה המזל שלי, ולאורך ימי נעוריי ראיתי הרבה מהגרים מדרום איטליה עושים שטויות, וגם מאבדים את חייהם, כיוון שחיו בהווה מתמשך ללא מחשבות על העתיד".

רואים רק מה שאפשר לתאר

הטענה שהשפה מעצבת את המחשבה לא נולדה במעבדות הפסיכולוגיה של אוניברסיטת סטנפורד. בשנים האחרונות היא חוזרת ללב המחקר האקדמי לאחר שלא נחקרה באופן מסודר במשך יותר מ-50 שנה. באמצע המאה ה-20 היא זכתה לפרסום אקדמי כ"תיאורית ספיר-וורף" השנויה במחלוקת, שטענה כי אסקימואים מכירים עשרות מילים שונות שמתארות שלג, וכתוצאה מכך הם מסוגלים להבחין בין עשרות סוגי שלג שונים; וזכתה לפרסום ספרותי ברומן הנודע "1984", שבו ממשלה של מדינה חשוכה מבטלת את מילות השלילה והביקורת בשפה כדי למנוע מאנשים לבטא מחשבות ביקורתיות ואף לחשוב אותן.

אולם מאז איש לא בדק מדעית אם השפה אכן משפיעה על המחשבה, אם עמים ששפתם אינה מכילה פעלים בעתיד אכן לא מתכננים לעתיד, אם שבטים ששפתם אינה מכילה שם של צבע כלשהו אינם מסוגלים להבחין באותו צבע, ואם אוצר המילים והדקדוק של אנשים אכן מכתוב את האופן שבו הם רואים את העולם, את המחשבות שהם מסוגלים לחשוב ואת האידאולוגיה שהם נוטים לפתח.

"עד עכשיו", אומרת "מוסף כלכליסט" לרה בורודיצקי, חוקרת מאוניברסיטת סטנפורד ומי שמובילה בשנים האחרונות את חקר השפעת השפה על המחשבה. בורודיצקי היא כוכבת עולה בעולם האקדמיה. היא השלימה תואר דוקטור בגיל 23 והייתה מצעירי החוקרים במעבדת חקר המוח והתודעה באוניברסיטת MIT היוקרתית. בתשע השנים שחלפו מאז היא זכתה בשישה פרסי מחקר, וקיבלה פרופסורה בזכות 20 מאמרים פורצי דרך שפרסמה בתחום חקר התפיסה האנושית. כיום, בגיל 32, היא מרצה באוניברסיטת סטנפורד ומנהלת מעבדת מחקר שפועלת באינדונזיה, ואוספת עוד ועוד נתונים



שמבססים את הטענה שגם הקטן שבחוקי הדקדוק משפיע על המחשבות האישיות של אנשים ועל תפיסות עולם של קהילות ועמים.

"הנתונים שאנחנו אוספים מכל העולם בהחלט פותחים מחדש את הדיון על חשיבות כללי השפה והמבנה שלה בעיצובם של בני אדם וחברות. שפה אינה רק כלי להביע בו רעיונות ואינה רק שיקוף של המחשבות. היא החומר העיקרי שממנו מחשבות עשויות. התכונות של כל שפה, מסינית ועד צ'יליאנית, מחייבות את מי שדובר בה לתפוס את המציאות אחרת. קח למשל את הפועל 'לקרוא' במשפט 'בוש קרא ספר'. אתה בטח יודע שבאנגלית אפשר להבין שזה קרה בעבר. אבל אם תאמר את זה בעברית תצטרך לספר באמצעות הפועל גם אם הקורא היה מר בוש או גברת בוש. וברוסית הפועל יצטרך לספר את כל אלה, וגם להבהיר אם קריאת הספר הושלמה או לא. אם בוש קרא רק חלק מהספר נחוצה הטיה מסוג אחד, ואם השלים את קריאתו נחוצה הטיה אחרת. בטורקית על הטיית הפועל להבהיר גם אם ראית במו עיניך את בוש קורא או אם סיפרו לך על זה. אבל באינדונזית, לעומת זאת, הפועל כה כללי עד שאפילו לא ברור אם בוש קרא את הספר או שהוא קורא אותו עכשיו. כל שפה דורשת דברים שונים מהדובר, והדרישות האלה מכתיבות את הדברים שאנחנו מבחינים בהם".

השפה שיוצרת GPS במוח

המחקר העדכני והמדובר ביותר של בורודיצקי מראה כיצד אוצר המילים של שפה מסוימת הקנה לדובריה כישורי ניווט במרחב שנותנים את הרושם כאילו "נולדו עם GPS פנימי". בורודיצקי ושותפתה למחקר, פרופ' אליס גבי מאוניברסיטת קליפורניה בברקלי, עקבו אחרי 250 בני הקואוק, שבט אבוריגיני קטן שחי בחצי האי קייפ יורק בצפון אוסטרליה. בשפת בני הקואוק אין מילות כיוון כגון "קדימה", "אחורה", "ימין" ו"שמאל". דרכם היחידה לציין כיוונים היא לפי רוחות השמים. כדי להזהיר בן קואוק מנחש שזוחל על הקרקע, יש לומר לו שהנחש קרוב לרגלו הדרום-מזרחית.

"תפיסת המרחב של הקואוק נחשבת במערב למופלאה. מצד אחד הם לא יבינו משפט כגון 'הבית שמאחורי העצים', ומצד שני כל אחד מהם יודע במדויק היכן הוא במרחב ולכן הוא פונה. זו שפתם שמאלצת אותם לגלות כזאת התמצאות. אפילו ברכת השלום שלהם היא, מילולית, 'לאן אתה הולך?', אומרת בורודיצקי. "כאשר ביקשנו מבני קואוק לסדר רצפי תמונות שהציגו פעולה לאורך זמן - למשל, בננה נאכלת או אדם מזדקן - הם לא סידרו את התמונות משמאל לימין כמו דוברי אנגלית או מימין לשמאל כמו דוברי עברית, אלא תמיד ממזרח למערב, מהזריחה לשקיעה, בלי קשר לכיוון שאליו פנו בעת שישבו".

את הממצא הזה מחזק מחקר מקביל שפרסמה לאחרונה ד"ר ג'יני פירס, פסיכולוגית התפתחותית מאוניברסיטת וולסלי קולג', שחוקרת את אחת השפות המרתקות בעולם: שפת הסימנים של ניקרגואה. בניקרגואה, מדינה חקלאית ענייה במרכז אמריקה ומהיצואניות הגדולות בעולם של עובדים זרים, לא היתה עד סוף שנות השבעים כל תמיכה בחירשים, והם חיו בבידוד בשולי החברה. הילדים החירשים שנפגשו לראשונה בבתי ספר מיוחדים שנפתחו עבורם פיתחו, לבדם לגמרי וללא ידיעת מוריהם, שפת סימנים שבאמצעותה תקשרו ביניהם. בלשנים אמריקאים שהוזמנו כדי לבדוק את "הפנטומימה המשונה" של הילדים התרגשו לבשר לעולם על ההזדמנות ללמוד מקרוב שפה שזה אך נולדה ושצומחת בספונטניות.

"השפה הזאת בסך הכל בת 35 שנה, אבל היא מתפתחת במהירות", אמרה פירס בראיון שנערך לרגל פרסום מחקרה החדש, "צעירים יותר מדברים בגרסאות יותר מורכבות ועשירות שלה, כה מורכבות שדוברי השפה המבוגרים כבר מתקשים להבין. מצאנו שבגרסאות האלה ישנם הרבה יותר ביטויים שנוגעים להתמצאות במרחב. זה אפשר לנו לקחת חירשים בני 20 ו-30 ולראות אם ההבדלים בין רמות השפה שלהם משפיעים על תפיסת המרחב שלהם".

במחקר גילתה פירס שמי שמדברים גרסאות מורכבות יותר של השפה מיטיבים להתמצא במרחב. היא ערכה ניסויים שבהם כיסתה את עיני הנבדקים, סובבה אותם והסירה את הכיסוי, ואז ביקשה מהם לאתר חפצים שקודם לכן הוטמנו לנגד עיניהם בתוך כלים. הצעירים בעלי השפה העשירה מצאו את החפצים במהרה, וככל שהגיל עלה ההצלחות פחתו. "המילים הן שהכשירו את המוחות", אומרת פירס.

העם שאינו יודע לספור

אך הקשר בין השפה למחשבה אינו מוגבל לניווט וכיוונים. פרופ' פיטר גורדון מהמחלקה לפסיכולוגיה באוניברסיטת קולומביה ערך באחרונה ניסוי שגילה שכפי שאוצר מילים מעניק התמצאות והבנה, היעדרו פוגע במה שכיח נחשב ליכולות בסיסיות של המוח.



גם גורדון ביצע את מחקרו על שבט קטן בעל שפה ייחודית. שפת שבט הפידהאן מאזור האמזונס בברזיל ידועה בכך שאינה מכילה מספרים. יש בה מילים רק למספרים "אחת", "שתיים" ו"הרבה". בשנת 2004 גורדון לקח חפצים - סוללות, מקלות ואגוזים - הניח אותם על הרצפה בערימה מסודרת, וביקש מבני השבט שמולו ליצור ערימת חפצים זהה. בני השבט הצליחו לחקות את המבנים של גורדון בלי בעיה - כל עוד הם הכילו שלושה חפצים או פחות. הם לא הצליחו להעתיק ערימות בנות ארבעה, חמישה ועשרה חפצים, גם כאשר הערימות הללו ניצבו מולם כל העת לצורך השוואה. זקני השבט, נשותיו, ציידיו ולקטיו לא הצליחו לדייק. הם יצרו ערימות דומות בצורתן וקרובות במספרן, אך שונות מאלה של גורדון. "זאת רק ראייה אחת לכך ששפה שחסר בה מושג יכולה למנוע מדובריה לקלוט את הדברים בעולם שהמושג הזה מתאר ומודד", אמר גורדון בעת פרסום תוצאות המחקר.

הממצא של גורדון הזכיר לרבים בקהילה האקדמית סיפור ישן שנחשב לאגדה, ולפיו בעת גילוי אמריקה, ילידי האי היספניולה כלל לא ראו את אוניותיו של קולומבוס - או שראו אותן ומיד שכחו זאת, כיוון שלא היו להם לא המילים ולא הניסיון הדרושים כדי להבין שהם רואים עצם גדול באופק הים. הסיפור עדיין נחשב ללא יותר מפיסת פולקלור, אך תפיסתם הלקויה של בני שבט הפידהאן מציגה, לכאורה, ראייה להיתכנותו.

מחקר מצוטט אחר של בורודיצקי גילה שדוברי רוסית, שפה שנעשירה במילים לתיאור גווני השונים של הצבע הכחול, הצליחו במבחנים לזיהוי גוני כחול יותר מאשר דוברי אנגלית; וחוקרים מאוניברסיטת אברדין בסקוטלנד גילו שכאשר דוברי שפות שונות מדברים על זמן, הם מבלי דעת מטים את גופם בכיוון שמתאים למילים שמתארות בשפתם את תנועת הזמן. כאשר דוברי אנגלית דיברו על "העבר שמאחורינו" הם נטו אחורה, וכשהם דיברו על "העתיד" שאליו אנו הולכים" נטה גופם מעט קדימה. דוברי סינית נטו מעט למעלה כאשר דיברו על העבר ולמטה כאשר דיברו על העתיד, בהתאם למטאפורות זרימת הזמן שבשפתם. החוקרים הניחו שהחזרה על אותו קישור בין זמן למרחב היא שיצרה את ההתניה בשפת הגוף.

דוגמה אחרת להשפעת השפה על יכולותיהם של המשתמשים בה היא ההצלחה יוצאת הדופן של הסינים, הקוריאנים והיפנים במבחני מתמטיקה בינלאומיים. בספרו "מצוינים" מנמק מלקולם גלדוול את ההצלחה הזו בדרך שבה הוגים מספרים בשפות האסייתיות. "בניגוד לאמריקאים, לסינים יש מערכת ספירה הגיונית. אחת עשרה נקרא 'עשר-אחת', שתיים עשרה הוא 'עשרשתיים' וכן הלאה", הוא מסביר. "ההבדל הזה לבדו גורם לילדים בסין ללמוד לספור מהר יותר ובגיל מוקדם יותר ממקביליהם האמריקאים. וזה גם אומר שילדים אסייתים יכולים לבצע פעולות כמו חיבור בקלות רבה יותר. בקשו מילדה בת שבע דוברת אנגלית לחבר שלושים ושבע ועוד עשרים ושתיים בראש, והיא תיאלץ להפוך את המילים למספרים, ורק אז לעשות את החשבון. בקשו ילד אסייתי לחבר שלוש-עשרות-שבע ושתי-עשרות-שתיים, והתוצאה הדרושה נמצאת במשפט עצמו. אין צורך בשום תרגומי מספרים: התשובה היא חמש-עשרות-תשע".

"השיטה האסייתית שקופה", מסבירה קרן פיוסון, פסיכולוגית מאוניברסיטת נורת'וסטרן שהתראיינה בספרו של גלדוול. "אני סבורה שהדבר הזה לבדו משנה את כל ההתייחסות שלהם למתמטיקה. במקום לשנן כמו תוכים, הילדים האסייתים יכולים להבין ולחשב. עוד דוגמה: שבר באנגלית הוא 'שלוש חמישיות'. בסינית המובן המילולי הוא 'מתוך חמישה חלקים קח שלושה'. זה אומר לך מבחינת התפיסה מהו שבר. הוא מבחין בין המונה למכנה. ומשום שהכל הגיוני ואינטואיטיבי, מתמטיקה גם מפחידה פחות וגם מזמינה הרבה יותר".

איזו שפה פוטרת מאחריות

"המחקר העולמי בתחום השפעת השפה על התרבות החל ברצינות רק לאחרונה, ולכן הוא מתמקד בעיקר בתרבויות ייחודיות, ועדיין לא מנתח לעומק את השפעת השפה על התרבות והכלכלה של עמי המערב", אומר "מוסף כלכליסט" ד"ר גיא דויטשר, בלשן יליד תל אביב שחוקר שפות עתיקות באוניברסיטת מנצ'סטר ובאוניברסיטת לידן בהולנד. בימים אלה מתפרסם בעברית ספרו של דויטשר "גלגולי לשון", שמתחקה אחר האבולוציה של התפתחות השפות ומנסה לגבש השערה לגבי שפתו המדוברת של האדם הקדמון. המגזין "New Scientist" כינה את הספר "עבודת מחקר עשירה ומסופרת היטב שקשה להניח מהיד".

"כבר ברור שהשפה משפיעה על התפיסה החושית, על הזיכרון, מערכת האסוציאציות והרגלי החשיבה. ה-GPS הפנימי של שבט הקואוק חוזר בתרבויות רבות אחרות בעלות מאפייני שפה דומים, וכך גם התופעה שבה דוברי רוסית מזוהים יותר גוני כחול. וכאמור, ככל שהשנים יעברו נקבל הצצה להשפעות עמוקות יותר של השפה", אומר דויטשר.

בורודיצקי נותנת במאמריה כמה דוגמאות להבדלים דקדוקיים בין שפות שונות ולהשפעתם התרבותית. ברוסית, למשל, המילה "מוות" היא נקבה ובגרמנית זכר. ובהתאמה, ציירים רוסים רבים ציירו את המוות כאשה והציגוהו כמלא מסתורין,



בעוד שצירים גרמנים העדיפו לציירו כגבר ולתארו כמפחיד ומסוכן. לעומת זאת, בגרמנית המילה "גשר" היא נקבה ובספרדית זכר. כאשר בורדיצקי ביקשה מנבדקים לתאר גשרים שראו, הגרמנים השתמשו במילים כגון "אלגנטי", "יפה" ו"שביר" בעוד שספרדים השתמשו במילים "גדול", "ארוך" ו"ציב". "אפילו הדוגמה הקטנה הזאת מראה איך כל הטיה דקדוקית משפיעה על מחשבותינו", היא אומרת. בורדיצקי גם משערת בתחום הזה איסוף המידע עדיין בעיצומו, היא אומרת שהעובדה שזמן מתואר באנגלית בעיקר במושגי אורך ("הפגישה התארכה", "העבודה נמשכה זמן קצר") ובספרדית ויונית בעיקר במושגי כמות תתגלה כמשפיעה על תפיסות הזמן של דוברי השפות הללו.

היא גם רומזת שהדקדוק בשפות שונות מכתיב את הלך הרוח בעוד תחומים בחיים. לדוגמה, בספרדית מקסיקנית נהוג לתאר מפתחות שנאבדו בניסוח שתרגומו המילולי הוא "המפתחות איבדו את עצמם", בעוד שבאנגלית נפוץ יותר הניסוח "איבדתי את המפתחות". בשפה אחת הניסוח מטיל את האחריות על החפץ שאבד, ובאחרת על האדם שאיבד.

ובינתיים עוד חוקרים מזהים השפעות נקודתיות של השפה על אישיות דובריה. ד"ר אלכסנדר קרנצ'ק, חוקר מוח מבית הספר לרפואה של אוניברסיטת פנסילבניה, פרסם החודש מחקר שבו גילה כי שופטי כדורגל וקוונים שורקים בממוצע שלוש עבירות נוספות לקבוצה שלאורך רוב המשחק נעה בכיוון המנוגד לכיוון הכתיבה שלהם. "אנחנו מעדיפים שתנועה תתרחש בכיוון שאותו אנחנו מורגלים לתפוס כהתקדמות, וייתכן שמה שנה בכיוון המנוגד נתפס אצלנו כמנוגד לסדר הטוב", אמר קרנצ'ק בעת פרסום מחקרו.

טענה נועזת עוד יותר פרסם ב-2003 ויליאם סי האנאס, בלשן אמריקאי שבקיא ב-12 שפות ושימש שנים כבכיר באגף ה-CIA שמופקד על תרגום תקשורת זרה, ונחשב מומחה למדע וטכנולוגיה במזרח אסיה. בספר "הכתובת על הקיר: כך הכתיב האסייתי מרסן את היצירתיות" שטח האנאס טיעון שני במחלוקת שלפיו הכתיב הסיני והקוריאני המסורתיים אחראים לכך ששתי המדינות מצטיינות ביעול תהליכים אך מפגרות אחרי המערב בחדשנות.

לפי האנאס, כיוון שרבות מ-50 אלף הסימניות של הכתב הסיני המסורתי מייצגות מילים שלמות ורעיונות, הסינים הורגלו לבנות משפטים שמורכבים מרעיונות קיימים, והשקיעו את מרב מאמציהם בהעתיקה קליגרפית של ציורים סבוכים ולא בבריאת רעיונות חדשים. גדילה במערכת כזאת, כתב האנאס, מאמנת את המוח בדיוקנות, שקדנות ועדינות - אך לא בחופש מחשבת. לעומת זאת, מערכת הכתב המערבית מושתתת על מעט אותיות שכל השפה מורכבת מצירופים שונים שלהן. האנאס המליץ בספרו לסין ולקוריאה לאמץ שיטת כתב פונטית, "דמוית אלפבית". מסקנותיו והמלצותיו זכו לפרסום נרחב, אך לא זכו להכרה אקדמית.

להציל שפה נכחדת

האם משמעות הממצאים היא ששפת האם היא אכן "כלא של המחשבה", ושלבני האדם נותר רק ללמוד על אופי המגבלות שהיא מטילה? לא בהכרח. בורדיצקי וחוקרים רבים נוספים מהתחום טוענים כי רכישת שליטה בשפות נוספות מביאה איתה גם מורכבות מחשבתית. מחקרים עדכניים גילו שילדים דו-לשוניים פותרים בקלות רבה יותר בעיות שכוללות רמזים מכשילים. מחקר שנערך בתחילת השנה באוניברסיטת גנט בבלגיה גילה שאנשים רב-לשוניים מקבלים ציונים גבוהים יותר במבחני הבנת הנקרא בשפת אמם.

"חשיפה לעוד שפה היא חשיפה לעוד תרבות, דבר שמאפשר לאנשים להתבונן במציאות באופן מורכב יותר, אבל הממצאים מראים גם על שיפור ברמות הבסיסיות ביותר של תפקוד המוח", אומרת בורדיצקי. "דו-לשוניים מצליחים יותר באופן ניכר במבחני יצירתיות. אבל אדם דו-לשוני, במובנים רבים, הוא גם שני אנשים בתוך אותו הראש. במחקר מפורסם ביקשו ממהגרים רוסים בארצות הברית להעלות זיכרון מיום הולדת מעברם. כאשר החוקרים דיברו אנגלית, המהגרים נזכרו מיד ביום הולדת שהתרחש בארצות הברית. כאשר החוקרים דיברו רוסית, המהגרים נזכרו ביום הולדת שהתרחש ברוסיה".

הצד השלילי של הובלת חקר השפות בעולם הוא ההתוודעות מקרוב לתופעת השפות הנכחדות. עבור בורדיצקי, התופעה עגומה לפחות כמו היכחדותם של מיני בעלי חיים. "לפי ההערכות כיום מדובר במוות של ניב בשבוע, ובעוד מאה שנה כנראה מחצית מהשפות בעולם לא יהיו עוד", היא אומרת, "וזה עצוב, כי כאשר מאבדים שפה מאבדים גם מורשת וגם צורת חשיבה. כפי ששיטת הספירה העשרונית בשפתנו עזרה לנו לגלות יקום שלם של אלגברה ולפתח מדע לחקר החלל, כך ישנן שפות שמכילות כלים ליצור רעיונות וידע ששוים בעומקם וברוחב יריעתם למתמטיקה. וכאשר השפות ייעלמו, האפשרות לחשוב את כל המחשבות האלה תיעלם".



מי אחראי לטבח הזה?

"בעיקר הגלובליזציה, העיור והטכנולוגיה. קח את ידידנו האינטרנט. כלי התקשורת הדמוקרטי בעולם מפיץ, בפועל, את האנגלית, שאם סופרים גם את שפתם השנייה של בני אדם, היא השפה הנפוצה בעולם, והיא מתפשטת בהיקף שלא היה דומה לו בעבר. והאנגלית מביאה איתה תרבות וצורת מחשבה שמחלחלות אל הדוברים. אולי לעולם לא נחשוב כולנו באותה הצורה, אבל רעיונות מסוימים ששזורים בשפה שאנחנו מדברים יחלחלו אלינו. במקרה של האנגלית, למשל, נדמה לי שקוראים לזה קפיטליזם".

(מתוך אתר כלכליסט <http://www.calcalist.co.il/local/articles/0,7340,L-3415756,00.html>)