



מערך הכנה לשירות משמעותי

תכנית מגמה לעתיד

במסגרת סדנת הכנה לחיים עצמאיים

חוברת למנחה – מערכי שיעור



מערך הכנה לשירות משמעותי - תכנית מגמה לעתיד

במסגרת סדנת הכנה לחיים עצמאיים

חוברת למנחה – מערכי שיעור

מרץ 2019 אדר ב' תשע"ט

פיתוח וכתובה: דבורי מרגלית, עמותת גוונים

עריכה: רקפת הימן זהבי

צוות מלווה:

מימי פלצי' - משרד החינוך

ליאורה שור ברק - משרד החינוך

יסמין לסאז' - משרד החינוך

אסנת אלנתן - מנהלת פיתוח ידע והדרכה - מגמה לעתיד

יפעת קליין - ג'וינט אשלים

החוברת כתובה בלשון נקבה אך פונה לשני המינים



מבוא

תוכנית זו הינה הרחבה לתכנית של משרד החינוך להכשרה ולהכנה של בני הנוער לקראת שירותם בצה"ל ובמסגרות השירות הלאומי והאזרחי והיא מותאמת במיוחד לצעירים הלומדים בתכנית מגמה לעתיד.

מטרת המערך הינה הכנת כלל בני הנוער לשירות משמעותי בצה"ל, בשירות הלאומי ובשירות האזרחי. לפתח בבני הנוער מוטיבציה ותחושת אחריות, כזכות וכחובה אזרחית, לשמירה על ביטחון המדינה. לחזק את הזהות הציונית והישראלית של בני הנוער, את זיקתם לעם, לארץ ולמדינת ישראל ואת מחויבותם לקהילה, לחברה ולמדינה. לפתח אצל בני הנוער ידע ומיומנויות הנדרשים להם לקראת שירותם, כגון- חיזוק החשיבה הביקורתית, השיפוט, המחשבה העצמית, היוזמה האישית, המסוגלות האישית והחוסן הנפשי. לאוכלוסיות ייחודיות- הכנת בני הנוער לשירות משמעותי בצה"ל, בשירות הלאומי והאזרחי, בהתאמה לאורח חייהן וצביונן הייחודי¹.

מערך שיעורים זה בנוי מחמישה עשר מפגשים קבוצתיים ומשימות פרטניות לליווי אישי של הצעירים בין המפגשים. החוברת כוללת את נושאי המפגשים, התכנים והצעות לפעילויות בכל מפגש. בנוסף, כוללת החוברת מידע ודרכי התקשרות לאנשי מקצוע בהקהילה וגורמים מקצועיים הנוגעים לשירות הצבאי והלאומי.

בתחילת החוברת סילבוס המפגשים. בטבלה מצוינים הנושאים המרכזיים בכל מפגש קבוצתי וכן המשימות הפרטניות התומכות בין המפגשים. בהמשך החוברת פירוט המערכים. מבנה המערכים בחוברת:

- ✓ מסרות המפגש
- ✓ מבנה המפגש (חלקים וחלוקת זמנים)
- ✓ מהלך המפגש (פעילויות ודרכי הפעלה בכל חלק)
- ✓ דגשים למנחה (מודגשים בצבע)

¹ מתוך: נכונות לשירות ומוכנות לצה"ל, אוגדן תכניות, נושאים והפעלות- מדינת ישראל, משרד החינוך, מינהל חברה ונוער, אגף תכנים, תכניות, הכשרה והשתלמויות.



סילבוס המפגשים

מספר	מפגש קבוצתי	משימות פרטניות תומכות (בין המפגשים)
1	פתיחת התוכנית ומשמעות השירות הסבר - התוכנית ומשמעותה תיאום ציפיות בירור עמדות ומניעים בנושא שירות צבאי ולאומי אזרחי	תיאום ציפיות לקראת התוכנית בירור עמדות של הצעיר עם המעגל הקרוב אליו, כגון: חברים, בני משפחה דרך פעולה: ניסוח משותף של המדריך עם הצעיר של 3-4 שאלות מכוונות שישמשו אותו בריאיון שיבצע עם חברים, בני משפחה ואחרים. להרחבה: "מוטיבציה לשירות- מחובה להתחייבות משא או מסע" הכנה לשירות משמעותי בצה"ל ובשירות הלאומי והאזרחי קישור למערך
2	חשיבות התרומה למדינה – התנדבות לשירות ערך התרומה למדינה מהו שירות משמעותי מהי חשיבות השירות המשמעותי מהו שירות משמעותי עבורי קבלת פטור משירות בצה"ל והמשמעויות של קבלת הפטור – שיח רגשי	שיח על דרכים שונות לתרומה למדינה תכנון ועשייה של פעולה המייצגת תרומה (אישית) במסגרת בית הספר, היישוב או בקהילה שיח ועיבוד החוויה האישית
3	השאיפה, החלום וההסמכה שלי מיקוד בשאיפה ובחלום על תחום השירות או תרומה למדינה משמעות ההסמכה במהלך השירות משמעות השירות לעתיד שלי	חיפוש עצמאי באינטרנט ואיתור תפקידים אפשריים בהם אני יכול לפעול במסגרת השירות בתחום ההסמכה שלי סימון תפקידים מעניינים, ודירוג על פי רמת מוטיבציה ועניין

מספר	מפגש קבוצתי	משימות פרטניות תומכות (בין המפגשים)
	פגישה עם נציגי תכניות קדם שירות (מכינות, שנת שירות) + משתתף עם מוגבלות. אפשרויות קיימות, השתלבות במסלולים אלה. שיח לעיבוד החוויה.	שיחה עם בני המשפחה או חבר על מכינות ושנת שירות: חששות, אפשרויות, הזדמנויות, משמעויות, דעות.
9	זכויות וחובות במסלולי השירות השונים תנאי שירות, הטבות, אפשרויות קידום	התייעצות עם בני משפחה על בחירת מסלול שירות נבחר מידע למתגייס – יחידות ותפקידים בצה"ל (מתוך הכנה לשירות משמעותי בצה"ל ובשירות הלאומי והאזרחי- מנהל חברה ונוער) קישור למסמך קבלת החלטה אישית- בחירת מסלול שירות נבחר משוב ורפלקציה על תהליך קבלת החלטה
10	הכנה לראיון אישי מידע אודות תהליכי הקבלה לשירות תרגול בהצגה עצמית הכנה ממוקדת לראיונות בצבא, ובשירות הלאומי, על פי תפקידים, תחומי עניין ומטרות אישיות	תרגול אישי והכנה לראיון ניתוח מגוון מצבים בהכנה לשירות ובשירות עצמו תוך בירור רגשות וחששות מידע למתגייס – צו ראשון (מתוך הכנה לשירות משמעותי בצה"ל ובשירות הלאומי והאזרחי- מנהל חברה ונוער) קישור למסמך
11	מתלמיד למתנדב השינויים הכרוכים במעבר לשירות והסתגלות לשינויים קבלת סמכות, עצמאות, התמודדות עם משימות ואתגרים	ליווי אישי במסלול שבחר הצעיר – חניכה לאחר התנסויות בתהליך משוב ורפלקציה - עיבוד רגשי
12	תכנון ארגון וניהול זמן סוגי משימות, עזרים לניהול זמן (למשל ניהול יומן)	ליווי אישי במסלול שבחר הצעיר – חניכה לאחר התנסויות בתהליך משוב ורפלקציה - עיבוד רגשי
13	מסוגלות עצמית	ליווי אישי במסלול שבחר הצעיר – חניכה לאחר התנסויות בתהליך



מספר	מפגש קבוצתי	משימות פרטניות תומכות (בין המפגשים)
	<p>בירור המושגים :</p> <p>מודעות עצמית</p> <p>מסוגלות עצמית</p> <p>יוזמה בחירה אחריות</p>	<p>משוב ורפלקציה - עיבוד רגשי</p> <p>להרחבה – חוסן אישי חברתי ולאומי - החוסן שלי- צידה לדרך (מתוך הכנה לשירות משמעותי בצה"ל ובשירות הלאומי והאזרחי- מנהל חברה ונוער)</p> <p>קישור למסמך</p>
14	<p>שליטה ואחריות אישית בשירות</p> <p>מה בשליטתי ומה לא בשליטתי</p> <p>מעגל הדאגה וההשפעה</p> <p>אחריות אישית</p>	<p>ליווי אישי במסלול שבחר הצעיר – חניכה לאחר התנסויות בתהליך</p> <p>משוב ורפלקציה - עיבוד רגשי</p>
15	<p>סיכום מסע</p> <p>פעילות חווייתית מסכמת לתהליך האישי והקבוצתי</p>	



מפגש 1 - פתיחה ומשמעות השירות

מטרות המפגש:

1. הרחבת הידע של הצעיר אודות התנדבות לשירות ואפשרויות השירות.
2. בירור עמדות הצעירים לגבי התנדבות לשירות.
3. תיאום ציפיות למערך הפעילות - תוכנית הכנה לשירות.

מבנה המפגש:

- חלק א – פתיחה: הסבר (10 דקות)
- חלק ב – בירור עמדות: פעילות עם היגדים (60 דקות)
- חלק ג – תיאום ציפיות: שיחה (20 דקות)

מהלך הפעילות:

חלק א – פתיחה (10 דקות)

מטרת חלק זה: בחלק זה יחשפו הצעירים לתוכנית, למטרותיה, למגוון הנושאים ולסדר המפגשים.

הציגי את התוכנית, על פי הדגשים הבאים:

- הצגת מטרת התוכנית: הכנה לקראת שירות משמעותי.
- תיאור שני תהליכים מרכזיים במהלך התוכנית:
 - חשיפה למידע הנוגע לשירות הצבאי ולמידה אישית כגון: הכנה לראיון, הבנה של התהליכים הצפויים לכם לקראת השירות, הרחבת הידע לגבי אפשרויות לשירות.
 - העלאת מודעות וחיבור אישי להכנה לשירות הצבאי, כגון: בירור עמדות לגבי שירות, בירור חוזקות ויכולות, שיח על חששות ואתגרים ועוד.

- תיאור סדרת המפגשים – 15 מפגשים, תדירות, משך, תאריכים, נושאים.
- תיאור מבנה המפגשים ואופי הלמידה: המפגשים יתבצעו בהרכב כיתתי, במסגרת הפעילות תתבצע עבודה בקבוצות, בין המפגשים תתבצע עבודה יחידנית, בהנחה/יית המנחה ובעזרה מהמשפחה. הסבר על הליווי האישי של כל אחד מהצעירים, בתהליך הבחירה את מסלול השירות, כהכנה לשנה הבאה.
- תכנים בתוכנית: מה נלמד ומה נעשה?
 - ✓ אילו מסלולי התנדבות קיימים? שירות צבאי ושירות לאומי אזרחי.
 - ✓ הכרות עם המסלולים ומשמעות ההתנדבות בעבור המתנדב ובעבור החברה.
 - ✓ מה אתם חושבים על שירות? בירור עמדות כלפי מסלולי שירות ותרומה למדינה, החלומות והשאיפות, ההסמכה והשפעתה להגשמת החלומות והשאיפות וכד'.
 - ✓ בחירה וקבלת החלטה - בירור צרכים בנוגע לקבלת מידע, חשיפה למקורות מידע ואופן איתור מידע, כלים שיסייעו בגיבוש ההחלטה.
 - ✓ מפגש עם חיילים, מתנדבים לצה"ל ולשירות לאומי - חשיפה לתפקידים ולחוויות אישיות מהשירות.

חלק ב – בירור עמדות אישיות בנושא שירות לאומי וצבאי (60 דקות)

מטרת חלק זה: בחלק זה, עוד בטרם הצגת מידע אודות אפשרויות השירות, יתבצע בירור והכרות עם עמדות ראשוניות של הצעירים בנושא שירות משמעותי.

הפעילות מבוססת על היגדים המייצגים עמדות בנוגע לשירות הצבאי. [\(רשימת ההיגדים מצורפת בנספח בסוף מערך זה\)](#). חלקי לכל צעיר 3 קרטונים או מקלות קרטיב בשלושה צבעים שונים (למשל: צבע אדום - לא מסכים, צהוב-ניטרלי, ירוק - מסכים).

שלב ראשון - הציגי את ההיגדים. לאחר כל היגד, הצעירים יגיבו לכל היגד באמצעות הרמת אחד משלושת הצבעים. אפשרי לצעירים להביע את דעתם ולנמק. מומלץ לבחור ייצוג של שלושת הדעות: מסכים, לא מסכים וניטרלי. בסוף השמעת הדעות קיים/מי הצבעה על ההיגד. שלב שני – פזרי בחלל החדר את ההיגדים. מוצע לבצע אחת משתי פעילויות:

א'. **מסכים לא מסכים** - הצעירים יתבקשו לבחור היגד שמדבר אליהם, בהתייחסות לעמדות "מסכים" או "לא מסכים". הצעירים יעמדו ליד ההיגד שבחרו. מספר משתתפים יכולים לבחור באותו היגד. על פי סבב, ישתפו את הקבוצה במחשבות וברגשות בעקבות ההיגד שבחרו, ומדוע בחרו בו.

ב'. **הדעה שלי** - הצעירים יתבקשו לבחור היגד אחד המשקף באופן החזק ביותר את עמדתם לקראת הצטרפותם לשירות משמעותי. מספר משתתפים יכולים לבחור באותו היגד. על פי סבב, ישתפו את הקבוצה במחשבות וברגשות בעקבות ההיגד שבחרו, ומדוע בחרו בו.

מומלץ לפזר גם כרטיסיות ריקות כדי שהמשתתפים יוכלו לכתוב עליהם שלא מופיעים על הכרטיסיות הקיימות.

דגש למנחה: אפשרי לצעירים להביע כל עמדה תוך הקשבה אמפתית ומכבדת, וללא ביקורתיות או שיפוטיות. לכל מחשבה או רגש יש מקום.

הצעות להרחבת הפעילות:

במידה והזמן מאפשר זאת, ובהתאם לקבוצת המשתתפים, ניתן ומומלץ להמשיך את השיח על העמדות.

הנחי את הצעירים להתחלק לקבוצות, על פי ההיגדים שבחרו:

- קבוצת היגדים המייצגים רגשות חיוביים, מוטיבציה גבוהה, התרגשות ורצון להתגייס.
- קבוצת היגדים המייצגים התייחסות לשירות כחובה אזרחית בלבד ורגשות של אדישות וחוסר ברירה.
- קבוצת היגדים המייצגים רגשות שליליים כלפי השירות.

הנחי את הקבוצות לכתוב רשימה של יתרונות וחסרונות לשירות צבאי/לאומי. ניתן לחלק בין הקבוצות: קבוצה שכותבת יתרונות, קבוצה שכותבת חסרונות וקבוצה שכותבת את שניהם. את הדברים יכתבו הקבוצות על בריסטול, ולאחר מכן יציגו את הדברים במליאה. לאחר הצגת הדברים, יוסיפו חברים מהקבוצות האחרות יתרונות או חסרונות שלא הוצגו. לאור הדברים שיוצגו על ידי הקבוצות, תתבצע שיחה לגבי עמדות על השרות הצבאי.

← **דגשים למנחה – מסרים בשיחה:**

- ✓ לכל דבר מספר צדדים ונקודות מבט. העמדה לגבי הגיוס תלויה בכם, הבחירה היא שלכם וההחלטות שתקבלו הן שלכם.
- ✓ חלק מהעמדות שלנו נובעות מחוסר ידע, חוסר היכרות או מושפעות מהתנסות של אחרים וחלק מהעמדות שלנו מבוססות על ידע קודם, נסיון אישי או ערכים.
- ✓ השפעת וחשיבות ההתנדבות לשירות משמעותי בהתפתחות האישית ובתרומה למדינה.
- ✓ במהלך תהליך ההכנה לשירות העמדות שלכם יכולות להשתנות וכן יכולות להתחזק ולהתבסס, היו פתוחים ללמידה כנה ולהתנסות בתהליך.
- ✓ במהלך התוכנית, ועל מנת לסייע לכם בהכנה לשירות ובהתאמת השירות, ישנו סיוע של הצוות בתהליך, בבחירת שירות או בבחירה של ליווי לתעסוקה, השכלה וכו'.

חלק ג - תיאום ציפיות וסיכום (20 דקות)

מטרת חלק זה: תיאום ציפיות. שיחה זו חשובה להגברת נכונות חברי הקבוצה להשתתפות פעילה ולהגדרת כללי השיח במהלך התוכנית.

חלקי לכל צעיר שלושה פתקים בשלושה צבעים שונים. הנחי אותם לכתוב על הפתקים: ציפיות שלי מעצמי; ציפיות שלי מחברי לכיתה; ציפיות שלי מהמנחה. (הפתקים יכתבו בעילום שם). לאחר הכתיבה, אספי את הפתקים לתוך קופסא. הנחי את הצעירים לשלוף בכל פעם פתק, להקריא, ולומר אם הוא מזדהה עם הציפיה או לא. אפשרות נוספת היא לתלות על קירות הכיתה שלושה גליונות, ובראשם הכותרות: ציפיות שלי מעצמי; ציפיות שלי מחברי לכיתה; ציפיות שלי מהמנחה. הנחי את הצעירים לכתוב את הציפיות שלהם על הגליונות. לאחר הכתיבה, הקריאו יחד את כל הציפיות. שאלי את הצעירים אילו מהציפיות לא הם כתבו והם מזדהים או עם אילו ציפיות שכתובות הם לא מזדהים, ולמה.

← **דגש למנחה: אמרי מה הן הציפיות והערכים שלך מהם ומעצמך (למשל: שיתוף פעולה, הקשבה וכבוד, פתיחות לדעות של אחרים, חוסר שיפוטיות ועוד).**



נספחים – מפגש 1

היגדים לחשיפת עמדות

- 18 שנה קיבלתי מהמדינה, עכשיו תורי להחזיר לה
- אני עומד לכבז שנה / שנתיים מהחיים
- "אין לי ארץ אחרת, גם אם אדמתי בוערת..."
- "אני שוכב לי על הגב, מביט על התקרה, רואה כיצד חולפים ימי, בבטלה גמורה..."
- מה לי ולדבר הזה בכלל?
- הייתי מעדיף לעשות משהו אחר עם הזמן שלי
- הצבא הוא הייעוד שלי בחיים
- אימא'לה, צבא ממש מפחיד אותי
- למה אני חייב בכלל לעשות את זה
- יש בשירות הצבאי המון הזדמנויות ואתגרים
- איזו התרגשות להתגייס!
- זו זכות גדולה ללבוש מדי צה"ל
- אעבר שנתיים/ שלוש שנים ובסוף זה יעבור
- חיכיתי 18 שנה ליום הזה
- זו חובה של כל ישראלי ואני מכבד את זה
- אני עוד אצליח להתחמק מזה
- השירות יעשה לי טוב
- השירות הצבאי יעזור לי בחיים האזרחיים אחר כך
- אני הולך לצבא רק כי אני חייב, אם הייתי יכול, לא הייתי מתגייס
- אני ממש מחכה לשירות
- אחר



הצעות למשימות פרטניות לאחר המפגש:

עדכני את הורי הצעירים בקיומה של התוכנית. הנחה/י את הצעירים לשתף את משפחותיהם בתוכנית, ויחד איתם לבצע תיאום ציפיות לקראת התוכנית.

הנחה/י את הצעירים לברר כל אחד את עמדותיו האישיות לגבי השירות ביחד עם המעגל הקרוב אליו, כגון: חברים, בני משפחה. עזרי להם לנסח מספר שאלות מכוונות שישמשו אותם בריאיון שיבצעו עם חברי ובני המשפחה.



מפגש 2 - חשיבות התרומה למדינה בתוכניות השירות, קבלת פטור ואפשרות התנדבות לשירות

מטרות המפגש:

1. העלאת מודעות למגוון השיקולים החברתיים והאישיים העומדים מאחורי הבחירה לשירות משמעותי.
2. העלאת מודעות לרגשותיי בהתייחס לקבלת פטור.
3. הכרות עם המסלולים האפשריים להתנדבות לשירות.

מבנה המפגש:

- חלק א – חשיבות ההתנדבות לשירות צבאי או לאומי: מצגת, היגדים ושיחה (30 דקות)
- חלק ב – ערך הנתינה ומשמעות התרומה למדינה: סרטון, פעילות יצירתית, שיחה (30 דקות)
- חלק ג – קבלת הפטור ואפשרות התנדבות לשירות: סרטון, דיון (30 דקות)

מהלך הפעילות:

חלק א' – חשיבות ההתנדבות לשירות משמעותי (30 דקות)

מטרת חלק זה: בחלק זה ידונו הצעירים בחשיבותה של התנדבות לצה"ל או לשירות לאומי .

ניתן לבצע במספר אופנים:

1. **שאלה פתוחה וסיעור מוחות:** שאלו את הצעירים: "מהי לדעתכם החשיבות בהצטרפות לאחד ממסלולי השירות?". את התשובות כתבי על הלוח. דוגמאות לתשובות אפשריות לשאלה: עניין, מוטיבציה, ציונות, זכויות, שווה לי, למידה, כדאי לי, כמו כולם, תרומה וכד'.
2. **מצגת** – הציגי את המצגת המתארת נימוקים לגיוס. לאור האמור בשקופיות, ערכי דיון עם הצעירים. הנחי אותם לחוות את דעתם על האמירות במצגת.



לחצי על התמונה למעלה פעמיים לפתיחת המצגת

שקופיות המצגת:

מטרות

- שוויון הזדמנויות - כל צעיר עם מוגבלות יהיה זכאי להשתלב ככל צעיר אחר במסלול החיים 'נורמטיביים' כולל מסלולי תרומה למדינה (שירות לאומי-אזרחי/צבא).
- שירות משמעותי - השתלבות הצעירים יהיו בכל מקומות השירות הפתוחים לכלל בני ובנות השירות הלאומי או צה"ל.
- התוכניות יהוו עבור הצעיר 'שער' להשתלבות בעולם העבודה והחברה הרחבה - בקהילה.
- הבניית זהות נורמטיבית - על ידי חזרה לעשייה במסלולי חיים רגילים כשאר בני גילם, לצד החיים עם המגבלה!
- טיפול יכולות אישיות וחברתיות, מיומנויות של עצמאות והתמודדות, המכינות ליציאה לחיים עצמאיים

לשרת את המדינה זו חובתי וגם זכותי!!!

זכותי להיות שווה בין שווים, במדינה שלנו חייבים לשרת והרגשתי שמגיע לי לשרת את המדינה כמו כלום! לא הסכמתי שהמגבלה שלי תגביל אותי מבחינת השאיפות והיכולת שלי להיות כמו צעירים אחרים במדינה שלנו! המגבלה היא לא מחסום!

(עדי, חיילת משוחררת)

הייחודיות והערכים של התוכניות

- אחריות אישית - הצעיר אחראי על חייו בכל רובד של התכנית, הצוות מלווה בחקירה ובהחלטות!!
- דרישה לעשייה - לאורך כל התוכניות מודגש מסר של התקדמות על ידי עשייה
- תרומה - התוכניות מדגישות את החשיבות של תרומה לקהילה כערך לחיים וכדרך להשתייך ולהשפיע
- אקספלורציה (חקירה) - לכל אורך התוכניות מתבצעת למידה עצמית וחקירה
- בחירה - לאורך התוכניות קיימת התנסות בבחירות משמעותיות של החיים
- הזכות להתנסות ולהיכשל! - התוכניות מעודדות את הזכות של כל אחד לנסות, לקחת סיכונים ואף להיכשל!

3. פעילות עם היגדים (קבוצתית) - חלקי את הקבוצה לזוגות או לקבוצות קטנות. פזרי מספר היגדים בנושא חשיבות ההתנדבות לשירות: בקשי מכל קבוצה לבחור מספר היגדים שעומדים להם הכי מזדהים. לאחר מכן,

הנחי אותם לחלק את ההיגדים שבחרו על פי קטגוריות של "מניעים אישיים לתועלת" ו-"ומניעים לא אישיים לתועלת החברה". **(היגדים מצורפים בנספח).**

4. פעילות עם היגדים (אישית) - הנחי את הצעירים לסדר את ההיגדים על פי סדר ההזדהות איתם (1 – הכי מסכים ו 10- הכי לא מסכים).

לסיכום, ערכי דיון על השירות הצבאי/לאומי כאפשרות למימוש עצמי וצמיחה אישית, לצד משמעות חברתית.

דגש למנחה: הדגישי בשיחה את החשיבות של אחריות אישית ומעורבות בשירות ובהתנדבות. מתנדב שייקח אחריות על הבחירה שלו, ימצא תפקיד שמתאים לו, ימצא משמעות בתפקיד ויגשים עצמו בשירות, יהיה בעל מוטיבציה לתת מעצמו יותר, ייתרם בחזרה וגם ירגיש טוב יותר במהלך השירות. ייתכן וימשיך לתרום לחברה גם אחרי תקופת השירות.

חלק ב - משמעות התרומה למדינה – ערך הנתינה (30 דקות)

מטרת חלק זה: בחלק זה תתבצע חשיפה והכרות עם מושגים כגון: משמעות אישית, צמיחה, התפתחות והעצמה, למידה, והתנסות וכן של ערך הנתינה כערך יסוד בחברה ערכית. כל אלה בהקשר להתנדבות לשירות משמעותי.

הקריני את הסרטון בנושא נתינה. נמצא בקישור הבא:

<https://www.youtube.com/watch?v=JQGAdd68MMY>

לאחר הצפייה, ערכי עם הצעירים דיון בנושא חשיבות הנתינה לאחר, הסתכלות אלטראיסטית ולא אגואיסטית והשפעות של נתינה לאדם אחר על האדם הנותן (למשל: הרגשה טובה יותר, הכרת תודה, אושר, גיבוש זהות ערכית, הרגשת קשר ושייכות). שאלו:

- מה מניע את האדם בסרטון?
- מה הערך המוביל אותו?
- האם הערך הזה קיים בחייכם? איך הוא קשור להיותכם מועמדים לשירות צבאי/לאומי?
- כאשר אדם נותן מעצמו לאחרים, מה הוא מקבל? במה הוא נתרם?

לסיכום, הנחי את הצעירים לחשוב מהם הדברים שהם יכולים לתת/להעניק/לתרום לאחרים. הנחי אותם לכתוב את הדברים על דף או לצייר ציור המתאר את ה"מתנה" שלהם. את התוצרים יכינו על שמיניות בריסטול או דפי A4, ולאחר מכן יניחו את התוצרים יניחו במרכז המעגל.

← **דגש למנחה: המתנה יכולה להיות תכונה קונקרטי (לדוגמא: אומץ, שמחה, חברות), כישורים מסוימים (למשל: יכולת לבשל, לצייר, קוסמות) או אמונה שיכולה לסייע לאחרים (כגון: "מי שמאמין לא מפחד", "תעשי רק מה שאת אוהבת" וכד').**

הנחי את הצעירים לעבור בין התוצרים של חבריהם לקבוצה, ולבחור את אחד הדברים, שהיו רוצים לקבל או לסגל לעצמם. כל אחד יבחר תוצר של חבר אחר לקבוצה.

לאחר מכן, נהלי שיחה עם הצעירים. בקשי מכל אחד לשתף במה שבחר ועל המתנה שלו. השיחה תתבצע במעגל, כאשר התור עובר בין אחד לשני, על פי המתנות שבחרו (הבא אחריי בסבב הוא האדם שבחרתי את המתנה שלו, וכן הלאה). לאחר השיחה, שאלו: איך ערך הנתינה שהוצג כאן קשור לתרומה למדינה? מה אתם יכולים לתרום מעצמכם למדינה? למה זה חשוב לנו כחברה? כמדינה?

בתום השיחה, הדגימי לצעירים את ערך הנתינה באמצעות מה שקרה בקבוצה, ועמדי על המסרים הבאים:

- ✓ בפעילות זו הצעירים יצרו מעין "מעגל של נתינה". כל אחד נתן מעצמו משהו שיכול לשמש את האחר, ובמקביל קיבל מתנה שתוכל לשמש אותו.
- ✓ לכל אחד יש משהו לתת וההדדיות והנתינה מעצימות: כשאני נותן אני מעביר הלאה את הנתינה ויוצר מעגל טוב.
- ✓ לנתינה ולתרומה למדינה יש משמעות אלטרואיסטית, מעבר לסיפוק האישי הכרוך בכך.
- ✓ התרומה למדינה מייצגת את ערך הנתינה, שהינו ערך יסוד בחברה ערכית.

← **דגש למנחה: צרי הבחנה בין נתינה שהיא בין אדם לאדם, לבין נתינה שהיא תרומה למדינה. התחילי את השיחה מהמקום האישי של כל אדם, והעבירי את השיחה לרמת המדינה ולחשיבות הנתינה לחברה בריאה וערכית. שימי לב בשיחה שהצעירים מבינים את ההבדל.**

המשיכי את השיחה, בעזרת השאלות הבאות:

- מה מסמל המשפט? איזו התנהגות מתוארת בו?
- בהקשר לפטור הצבאי ולשירות משמעותי, אילו דלתות יכולות להיפתח בפניכם?
- האם יש הבדל בתחושת הנתינה והתרומה למדינה בין שירות צבאי לבין התנדבות? בין שירות צבאי למסלולי התנדבות אחרים? מה ההבדל? אצל מי? למה? האמנם יש הבדל?

לסיכום הדיון, הקריאי קטע מתוך מונולוג שנכתב ע"י שחקנית תאטרון:

"המון פעמים במהלך קריירת המשחק שלי, ראיתי דלתות נפתחות ונסגרות בפניי, ואכן כשנסגרה דלת, היה קשה לי לראות את הדלת שנפתחה. מסביבי ראיתי קולגות שסגרו בפניהם דלת, אז הם באו בדלת האחורית, ואם זו נסגרה- לא היססו ונכנסו דרך החלון, וכשזה נסגר המשיכו ונכנסו דרך הארובה או הנברשת בסלון. קוראים לזה אמונה בדרך שלך וכושר התמדה. בשפה המקצועית, "עור של פיל"..... בפני קולגות כאלה, אני מצדיעה ומאחלת להם הצלחה ושתמיד נראה את הדלת שנפתחה."

סכמי את הפעילות במסר כי קיימות דרכים רבות ומגוונות להתמודד עם קבלת הפטור משירות צבאי וישנן אפשרויות שונות לשירות משמעותי ולתרומה למדינה, במסגרות אלטרנטיביות של התנדבות לצה"ל או לשירות לאומי אזרחי. ה'פטור' מצה"ל איננו מעיד עלינו כאנשים ולא חוסם את האפשרות להצלחה ולתחושת משמעות.

← דגש למנחה: פעמים רבות צעירים שקיבלו פטור מהצבא חשים פגועים, מודרים מהחברה, נחותים בערכם וביכולותיהם, דבר שיכול להשפיע על הרצון שלהם להתנדב למסלולי שירות ולתרומה למדינה. בכדי להתמודד עם תחושות אלו, ישנה חשיבות לתת להן מקום ולדבר עליהן.

מטרת הדיון הינה לסייע לצעירים להגיע לתובנה כי תכניות שמשתנות הן חלק בלתי נפרד מהחיים ואי הצלחה בהשגת מטרה היא פעמים רבות, חוויה המהווה הזדמנות ללמידה ולאפשרויות אחרות. ישנן דרכים רבות להתמודד עם אכזבות ודרכי פעולה שונות שניתן לנקוט בהן כדי להמשיך הלאה. חשוב לבחור בדרכים המקדמות אותנו ולא באלו החוסמות אותנו. בהקשר של השירות הצבאי, ישנן אפשרויות נוספות שבאמצעותן ניתן לתרום למדינה, ולהיות חלק.

נספחים – מערך 2

היגדים על חשיבות מסלולי השירות

(לקוח מתוך: נכונות לשירות ומוכנות לצה"ל, קטלוג הפרסומים של מנהל חברה ונוער, 2014)

- זו החובה שלי לחברה ולמדינה
- כולם/ן הולכים/ות
- זו הודמנות לתרום למי שזקוק לכך
- לצאת סוף-סוף מהמסגרת של הבית ומהסינר של אימא
- בשביל תחושת הסיפוק והגתנה
- להכיר אנשים חדשים
- השירות מאפשר תרומה לטוב החברתי המשותף
- כי זה מה שכולם מצפים ממני
- להרחיב אופקים
- חייבים לעשות שירות, וזו לא רק חובה אלא זכות גדולה
- אני לא מאלה שמשתמטים/ות
- להוכיח להורים שלי שאני הרבה יותר ממה שהם חושבים
- להכיר בנים/ות ממקומות אחרים
- להכשיר את עצמי לחיים
- לצאת קצת מהחממה שבה גדלתי
- להוכיח לעצמי שאני מסוגלת/ת
- כולם חייבים לתרום. מי שלא יכול להתגייס לצבא, יתגייס לשירות הלאומי
- להגשים את ציפיות הוריי ומוריי שהביאוני עד הלום
- אולי בעתיד לא תהיה לי עוד אפשרות להתנדב ולהשקיע כמו עכשיו
- לקבל תעודה בתום השירות, שתוכיח שגם אני עשיתי, בנית, תרמתי
- לראות מקומות ומצבים, שקשה להאמין שהם בכלל בארץ
- לפתח קשרים שיישארו לכל החיים



הצעות למשימות פרטניות לאחר המפגש:

עודדי את הצעירים לקיום שיח עם אנשים בסביבתם על דרכים שונות לתרומה למדינה. עודדי שיח זה גם במסגרות אחרות בלמידה.

אפשר/י לצעירים תכנון ועשייה של פעולה המייצגת תרומה (אישית) במסגרת בית הספר, היישוב או בקהילה. במידה והתבצע, נהלי לאחר מכן שיח ועיבוד של החוויה האישית מהתרומה, והשלכותיה לשירות הצבאי/לאומי.



חלק ב - חשיבותה של ההסמכה לשירות והקשר לחלום ולמשאלה (20 דקות)

מטרת חלק זה: פיתוח מודעות בקרב הצעירים למשמעות ההסמכה האישית שלהם להגשמת רצונות אישיים ולשירות הצבאי/לאומי.

מתחי קו על הרצפה (באמצעות גיר או עם סרט הדבקה). בקצה הימני ביותר של הקו סמני "כן" ובקצה השני סמני כ-"לא".

כן _____ אולי _____ לא _____

בכל פעם, הציגי שאלה אחרת, עליה יתבקשו לענות הצעירים. הצעירים יעמדו לאורכו של הקו לפי מיקום התשובה המתאימה להם. לאור מיקום של הצעירים, התייחסי לתשובותיהם ובקשי את נימוקיהם לתשובה.

השאלות:

- האם אני מרוצה מתחום ההסמכה שלי?
- האם אני חושב שאני טוב בו?
- האם תחום ההסמכה קשור לתחביבים או דברים שאני אוהב לעשות?
- האם תחום ההסמכה קשור לחלום שלי או לרצונות שלי לעתיד?
- האם תחום ההסמכה שלי מקדם אותי בחיים?
- האם אני חושב שניתן לעסוק בו גם בשנת השירות שלי?
- האם הייתי רוצה להתנסות במשהו אחר שאיננו קשור להסמכה שלי בזמן השירות לאומי/צבאי?

דגש למנחה: מומלץ לסמן את המיקומים של הצעירים, איפה עמדו ומה אמרו, על מנת להשתמש בתשובותיהם בשלב מתקדם בדיון. דוני עם הצעירים על מגוון האפשרויות, מחד, האפשרות להשתמש במה שלמדתי ושאני טוב בו במסגרת השירות, ומאידך, ההזדמנות לעשות בשירות משהו אחר ולהגשים חלומות ורצונות אחרים. הדגישי כי השירות מהווה קרקע פורייה להתנסות ולמידה בתחומים חדשים, לצד התמקצעות בתחומים מוכרים.



הצעות למשימות פרטניות לאחר המפגש:

הנחי את הצעירים לחיפוש עצמאי באינטרנט ואיתור תפקידים אפשריים בהם הם יכולים לפעול במסגרת השירות, הקשורים לתחום ההסמכה שלהם. כדאי ליצור רשימת תפקידים מעניינים ולדרג אותם על פי רמת מוטיבציה ועניין.

לאחר המשחק, ולסיכום חלק זה, הזמינו את הצעירים לשתף האם גילו על עצמם חוזקות או כוחות שלא הכירו במהלך המשחק.

שאלו: האם גילית חוזקות אצל האחר שלא היית ער להן? מדוע חשוב להכיר בחוזקות שלי או של האחר? במה החוזקות שלי יכולות לסייע לי?

דגש למנחה: סכמי את הדיון באמירה כי חיים מאושרים ומספקים נבנים בהדרגה ובראש ובראשונה מתוך הבנה וקבלה שיש לנו חוזקות וחולשות ואנו בוחרים במה להתמקד. מחקרים מראים שהיכרות עם החוזקות האישיות והשימוש בהן מגבירים אופטימיות, מספקים תחושה של כיוון בחיים, מאפשרים לפתח ביטחון עצמי, מביאים לתחושת סיפוק אישי, ועוזרים בהשגת מטרות אישיות. יתרה מכך, ככל שנתמקד יותר בחוזקות - עוצמתן תגדל, וכך גם יכולת השיפור והצמיחה שלנו

חלק ב - החלום שלי, האתגרים והחסמים בדרך לחלום (30 דקות)

מטרת חלק זה: הצעירים יביעו את חלומם באופן מילולי ויבינו את החסמים האישיים והאתגרים הכרוכים בהגשמת החלום.

הקריני את הסרטון "ניק בלי ידיים ורגליים". הסרטון מתעד את חוויותיו של ניק, כאדם עם מוגבלות, בדרך להשגת מטרותיו: <https://www.youtube.com/watch?v=gFJYRzcgbcA> (10 דקות)

לאחר הקרנת הסרטון, שאלו:

- מה אתם חושבים על ניק?
- אילו רגשות הסרט עורר בכם?
- האם אתם מזדהים איתו? במה?
- עם אילו קשיים מתמודד ניק? מה מסייע לו בהתמודדות?
- מהי הגישה לחיים של ניק?



← **דגש למגמה: שוחחי עם הצעירים על התמודדות עם קשיים, שהיא מנת חלקו של כל אדם, ועל האפשרות להתמודד עם קשיים באמצעות חוזקות וכוחות פנימיים. קשרי את השיחה לפעילות הקודמת, ולחוזקות האישיות שהציגו קודם. באמצעות חוזקות וכוחות ייחודיים המסייעים לנו בהשגת מטרותינו.**

לאחר השיחה, חלקי את הצעירים לזוגות או אפשרי להם להתחלק באופן עצמאי. הזוגות יערכו "ראיון" אישי זה לזה, בו ישתפו אחד את השני על חלומם לשירות הצבאי/לאומי בשנה הבאה, וכן על משאבים המסייעים להם בהתגברות על קשיים וחסמים בחייהם. הנחי את הצעירים לשקף אחד לשני את הדברים, בעל פה או בכתב. **(שאלות לראיון מצורפות בנספח).**

חלק ג - מערכות תמיכה פנימיות וחיצוניות – להגשים את החלום (30 דקות)

מטרת חלק זה: פיתוח מודעות בקרב הצעירים למשאבים פנימיים וחיצוניים הקיימים אצלם על מנת להתגבר על אתגרים וחסמים.

הסבירי לצעירים כי כהמשך לשיחות שערכו יחד עם חבריהם בזוגות, יבצעו פעילות יצירתית הנוגעת לחלומותיהם ולמשאלותיהם לשירות בשנה הבאה, לאתגרים ולכוחות שיכולים לסייע להם בהגשמתו.

פזרי ברחבי הדר הפעילות את הדברים הבאים: סירות נייר + אבנים בגדלים שונים + גלגלי הצלה. הסבירי לצעירים:

1. הסירה: מסמלת את החלום/ היעד אליו אני שואף להגיע בשנה הבאה (החלום אותו זיהינו במפגש הקודם).
2. האבנים: מסמלות את החסמים, אתגרים, המגבלות, הדברים שמקשים עלי להגיע ליעד/ לחלום.
3. גלגלי הצלה: מסמלים את החוזקות שלי, התכונות שיש לי, הכישורים שלי, סביבה תומכת (משפחה/חברים וכו').

הנחי את הצעירים לקחת סירות, אבנים וגלגלי הצלה ולכתוב עליהם את הדברים המתאימים להם ומשקפים אותם. את המרכיבים השונים יציבו על גבי דף גדול. באפשרותם גם לצייר רקע מתאים.



לאחר סיום המשימה, הנחי את הצעירים לשיתוף ביצירותיהם במליאה. הכוויני אותם וסייעי להם בהחלטה מה מהווה אתגר וחסם ומה מהווה חוזקה וכוח. כתבי על הלוח את הדברים שמעלים הצעירים בשני טורים: אתגרים וחוזקות. כל אחד מהם חלק/י לפנימיים וחציוניים, באופן הבא:

כוחות וחוזקות		אתגרים וחסמים	
פנימיים	חיצוניים	פנימיים	חיצוניים

הדגימי באמצעות הטבלה כמה כוחות יש לנו וכמה משאבים יש בסביבה החיצונית שלנו, בהם אנחנו יכולים להיעזר, כדי להגשים את היעדים והחלומות שלנו.

שאלו: אילו כוחות פנימיים ומשאבים חיצוניים יכולים לעזור לכם בהקשר לשירות הצבאי/לאומי בשנה הבאה?

← **דגש למגחה: סכמי את השיחה באמירה הבאה: החוזקות הפנימיות מלוות אותנו לאורך כל הדרך והן אלו שמסייעות לנו להתגבר על קשיים ולהגשים מטרות. לכל אחד יש משאבים בתוכו – תכונות אופי, אמונה, ערכים, ניסיון, ידע שצבר, כישורים שונים ומשאבים בסביבה – משפחה, חברים, מורים, אנשי מקצוע, מקומות בהם אפשר לקבל ידע ולהיעזר. כל אלו הם צידה לדרך, הם הכלים באמצעותם נתמודד עם הקשיים והחסמים (שיתכן שיהיו). את הצידה הזו אפשר כל הזמן להרחיב, להגדיל ולשכלל. כשאני מודע, מכיר וחוקר אני צובר ניסיון, ויכול להמשיך להיעזר, ללמוד ולהתחזק.**



אזרח טוב	אדם אוהב	טוב לב
נאמנות	עבודת צוות	משימתי
נדיבות	מנהיגות	חוש צדק



זהירות	אחראיות	שליטה עצמית
צניעות	פקחות	שיקול דעת
הכרת תודה	שאיפה למצוינות	אמונה
הצבת מטרה	אופטימיות	תקווה



סלחנות	שמחה	חשיבה על העתיד
חמלה	אמונה	התלהבות
תשוקה	מרץ	הומור
חשיבה קדימה	הקשבה	חברות



שאלות לשיחה בין חברים (ראיון)

שוחחו עם חברים על השאלות הבאות. ענו תשובות כנות ואמיתיות.

1. מהי המטרה/ חלום / משאלה שלך לשנה הבאה?
2. אילו קשיים יש לך בהשגת המטרה שלך?
3. מה עזר לך בעבר להתגבר על קשיים?
4. מה עוזר לך להתגבר על קשיים היום?
5. מה יכול לעזור לך להגשים מטרה זו?
6. מי יכול לעזור לך בהגשמת החלום?
7. אילו כוחות פנימיים יש בך שיכולים לקדם אותך לעבר הגשמת החלום?

הצעות למשימות פרטניות לאחר המפגש:

עודדי את הצעירים לערוך שיחות עם בני המשפחה שלהם ולעשות בירור אישי עם עצמם: מיהן הדמויות המשמעותיות לי בסביבה, במי אני יכול להיעזר וכיצד הן משפיעות עלי. מהן האתגרים העומדים בפני? מהן אפשרויות ההתקדמות הקיימות בפני? איך אני יכול להגשים את המטרות שלי ולהתקדם?

חלק ב –מודל לקבלת החלטות (30 דקות)

מטרת חלק זה: התנסות בתהליך קבלת החלטה והיכרות עם השלבים השונים בתהליך קבלת החלטות (מודל).

חלקי את הכיתה למספר קבוצות, 3-4 צעירים בקבוצה. הנחי את הצעירים לקבלת החלטה על פי הסיטואציה הבאה: (כרטיסיית הפעילות מצורפת בנספח עזרים)

"עליכם לארגן מסיבת כיתה לסיום שנת הלימודים. חלק מהצעירים מעוניינים במסיבה בחוף הים, וחלק מהצעירים מעוניינים במסיבה במקום סגור, בעיר המגורים שלכם. חלק מהצעירים מעוניינים להשקיע את הכסף באוכל משובח, וחלק מהצעירים לא מעוניינים באוכל במסיבה. עליכם להחליט על אופי המסיבה, על הפעילויות שיהיו בה, על המיקום, על הכיבוד והשתייה.

אתם הצוות המארגן. חשבו יחד איך תארגנו את המסיבה, בהתאם לצרכים של כולם. כתבו על הדף את תהליך החשיבה והעבודה על המסיבה. מה תעשו כדי להגיע להחלטות? איך תבדקו? איך תגיעו להחלטה? מה ישפיע על ההחלטה שלכם? מה קורה מרגע קבלת ההחלטה ואחריה?"

הקדישי לדיון הקבוצתי כ 10 דקות. לאחר מכן, אספי את תשובות הקבוצות על הלוח. סדרי את התשובות על פי השלבים בתהליך קבלת החלטות, בדגש על שלב איסוף המידע. חלקי לצעירים את תרשימי המודל לקבלת החלטות והסבירי את שלבי המודל: (מודל השלבים לתהליך קבלת החלטות מצורף בנספח עזרים).

1. הגדרת הצורך/ הבעיה – הבנת ברורה של ההתלבטות או השאלה שעומדת בפני.
2. איסוף מידע על האפשרויות השונות - שימוש באמצעי מידע מגוונים, סקר שוק, שיחות עם אנשים, דעות, עובדות.
3. ארגון המידע והצגת היתרונות והחסרונות של כל אפשרות – ניתן לבצע בטבלה, בנקודות, ברשימת "בעד ונגד".
4. בחינה עצמית: איפה אני ביחס לכל אפשרות? – מה אני מרגיש על כל אפשרות? מה אני חושב ביחס למידע שמצאתי על כל אפשרות?

5. קבלת החלטה – בחירה באחת האפשרויות

6. ביצוע

7. הערכה – הסקת מסקנות – בחינה חוזרת של הבחירה, יתרונות וחסרונות, רגשות, עמדות.

חלק ג - מסלולי שירות ובהינתן התאמה אישית (30 דקות)

מטרת חלק זה: היכרות עם מסלולי השירות האפשריים ובחינה ראשונית של התאמה.

חלקי את הצעירים לשלוש קבוצות. קבוצה אחת תייצג את השירות הלאומי, קבוצה אחת את השירות הצבאי וקבוצה שלישית תכתוב שאלות תחקיר הנוגעות לשני סוגי השירות.

הנחי את הקבוצות לבצע את המשימה על פי ההנחיה בכרטיסיות הפעילות. (מצורפות בנספח עזרים).

הפעילות ידמו הצעירים את עצמם למנחים בתוכנית רדיו שקהל היעד שלה הוא בני נוער לפני השירות, בה הם מראיינים ומתראיינים. לשם איסוף המידע באפשרותם להיעזר במידע ברשת האינטרנט, ידע אישי, מידע שקיבלו מנציגי השירות הלאומי או השירות הצבאי שפגשו בעבר או מידע של המורה. הקדישי לזמן העבודה בקבוצות כ- 15 דקות.

לאחר שלב ההכנה, הסבירי לצעירים את מבנה הריאיון והשיחה, והנחי אותם כי עליהם לשכנע את המאזינים כי מסלול השירות אותו הם מייצגים הוא הטוב ביותר. נהלי את השיחה בין שלושת הקבוצות בשיטת "דיבייט" (שיח מונחה של הצגת עמדות מנוגדות המגובות בטיעונים ונימוקים²). הנחי את נציגי קבוצת התחקיר לשאול שאלות את נציגי שתי הקבוצות, אפשרי להם לשאול שאלות נוספות, לענות זה לזה, להתייחס לטיעונים ולהעלות טיעונים נגדיים. במהלך השיחה, כתבי את הטיעונים המרכזיים ואת המאפיינים המרכזיים שיוצגו על ידי הקבוצות על הלוח.

² לקריאה נוספת על מתודת "דיבייט":

<http://www.amit.org.il/edugogya/%D7%93%D7%99%D7%91%D7%99%D7%99%D7%98/>

לאחר השיחה, שאלו את הצעירים:

1. מהם ההבדלים המהותיים בין שני סוגי השירות?
2. ממה נובעים ההבדלים בין שני סוגי השירות?
3. אילו כוחות/יכולות/משאבים צרי כדי להצליח בכל אחד מהם?
4. מה הערך המוסף של כל אחד מהמסלולים?
5. האם לדעתכם יש אנשים שמתאימים יותר למסלול מסוים מאשר מסלול אחר?

← **דגש למנחה: הגיעו למפגש עם ידע על סוגי השירות, על מנת שתוכלו לעזור לצעירים בדיון, לאמת את מה שכותבים הצעירים ולהעמיק את תוכן השיחה. בתום השיחה, הדגישי בפני הצעירים את העובדה כי אין מסלול "טוב יותר" מהשני, וכי המסלולים השונים מציעים אפשרויות שונות, היכולות להתאים לכל אחד באופנים שונים. בחינה יסודית של מאפייני המסלולים השונים תסייע להם בקבלת החלטה המתאימה להם. הסבירי כי הם לא נדרשים להגיע להחלטה כרגע, וכי בהמשך מפגשי ההכנה יפגשו עם נציגים מהמסלולים השונים, שיעזרו להם בשלב איסוף המידע.**

חלק ד – בדרך לקבלת החלטה - סיכום (20-25 דקות)

מטרת חלק זה: איסוף מידע כחלק מתהליך קבלת החלטה בנוגע למסלול השירות של הצעירים.

חלקי את "דף אישי בדרך לקבלת החלטה" ([מצורף בנספח עזרים](#)). הסבירי לצעירים על מבנה הדף. אפשרי להם למלא את הדף בהתאם למידע אליו חשפו במהלך המפגש. במידה והזמן אינו מאפשר זאת, הנחי אותם לביצוע המשימה בבית או הקדישי לכך זמן במפגש הבא.

סכמי את המפגש בהסבר על תהליך קבלת ההחלטה לגבי מסלול השירות וחזרי על הכלי שלמדו היום: מודל לקבלת החלטות.

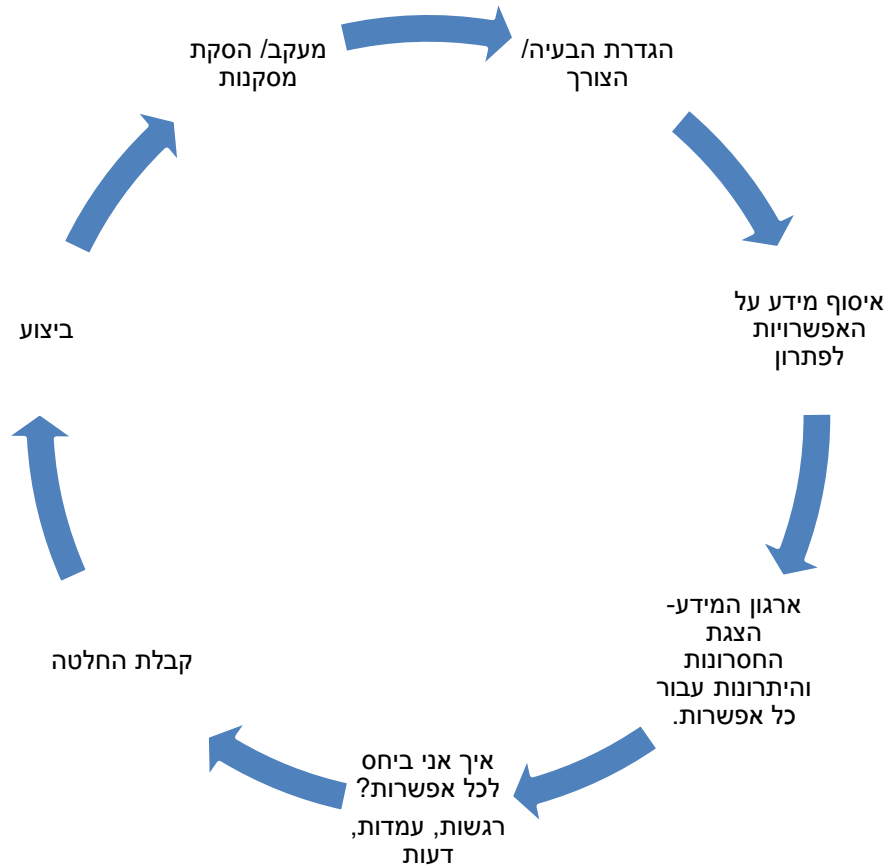
סכמי באמצעות המלל הבא או דומה לו: בשלב הראשון בתהליך קבלת ההחלטה בנושא ההצטרפות לשירות, בדקתם מה החלום, המשאלה שלכם ולמה חשוב לכם להתנדב לשירות. שוחחנו גם על הכוחות והחוזקות שלכם ואיך הם יכולים לסייע לכם בשירות. היום התחלנו באיסוף מידע לגבי המסלולים השונים, ובשלב הבא נבדוק איזו מהאפשרויות תיתן מענה מותאם לשאיפות ולצרכים של כל אחד מכם.



דגש למגחה: הדגישי בפני הצעירים כי קיימת להם זכות הבחירה, ויש לכך משמעות רבה. באפשרותם להיוועץ ולבחור את מה שמתאים להם. הדגישי בפניהם את חשיבות התהליך וכי כדאי לקבל את ההחלטה בצורה שקולה, אחראית ומושכלת.

נספחים - מפגש 5

מודל קבלת החלטות





קבוצה 3 – צוות מראיינים

נבחרתם כצוות מראיינים לתוכנית רדיו בנושא "הכנה לשירות". קהל המאזינים שלכם הם בני נוער לקראת שירות צבאי או לאומי. בתוכנית יתארחו נציגים מהשירות הלאומי והשירות הצבאי. עליכם לחבר רשימת שאלות שתוכלו לשאול את הנציגים, על מנת לסייע למאזינים שלכם להגיע להחלטה, לאיזה סוג של שירות להתנדב.

חשבו מה תרצו לדעת על מאפייני השירות הצבאי ומאפייני השירות הלאומי. כתבו את רשימת השאלות על דף והכינו עצמכם לראיון.



דף אישי בדרך לקבלת החלטה - לקראת בחירת מסלול השירות

החלום שלי בהקשר לשירות:

שירות לאומי

מה למדתי על השירות הלאומי?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

מה עוד ארצה לדעת על השירות הלאומי?

1. _____
2. _____

מהם היתרונות עבורי בשירות לאומי? מה מתאים לי בשירות זה?

מהם החסרונות עבורי בשירות לאומי? מה לא מתאים לי בשירות זה?



שירות צבאי

מה למדתי על השירות הצבאי?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

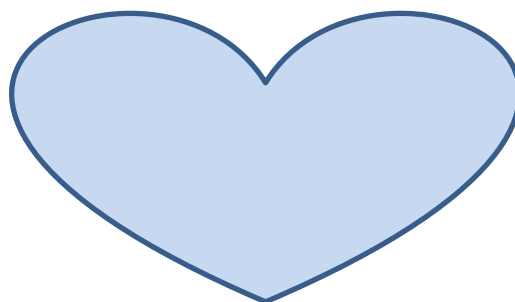
מה עוד ארצה לדעת על השירות הצבאי?

1. _____
2. _____

מהם היתרונות עבורי בשירות הצבאי? מה מתאים לי בשירות זה?

מהם החסרונות עבורי בשירות הצבאי? מה לא מתאים לי בשירות זה?

בשלב זה, לאור המידע שאספתי, מה נטיית הלב שלי? איזה סוג של שירות מתאים לי יותר? באיזה סוג שירות אני מעוניין?





הצעות למשימות פרטניות לאחר המפגש:

הנחי את הצעירים לבחור דוגמא נוספת להחלטה שהם צריכים לקבל, מתחום חיים אחר, והזמיני אותם להיעזר במודל לקבלת החלטות שהכירו.

עודדי את הצעירים לתעד את תהליך קבלת ההחלטה ולשתף את חבריהם בתהליך קבלת ההחלטות, ללמידה זה מהתנסותו של זה.

הנחי את הצעירים לאסוף מידע נוסף על מסלולי השירות השונים, מחברים ומכרים, בני משפחה ומקורות מידע אחרים. הזמיני אותם לשתף זה את זה במידע שמצאו.



מפגשים 6-8 - היכרות עם מסלולי שירות ואפשרויות שירות

מטרות המפגשים:

1. היכרות עם מסלולי השירות השונים שירות לאומי, צבאי, קדם שירות, מכינה קד"צ, שנת שירות.
2. הבנה של מאפייני השירות השונים והאפשרויות השונות בכל מסלול
3. בהינה אישית של התאמה לכל אחד ממסלולי השירות, לאור חלומות, משאלות, צרכים, יכולות ומאפיינים אישיים.

מבנה המפגשים:

- חלק א - שיחה עם נציגי מסלולים (60 דקות)
- חלק ב - עיבוד אישי (20 דקות)
- חלק ג - סיכום (10 דקות)

מהלך הפעילות (זהה בשלושת המפגשים):

חלק א – שיחה עם נציגי מסלולים (60 דקות)

- מפגש 6** – פגישה בהשתתפות רכזת מעטפת + צעירים בוגרי השירות הלאומי. חשיפה למידע אודות אפשרויות השירות הלאומי אזרחי, תפקידים ומשימות, חוויה, אתגרים והצלחות.
- מפגש 7** - פגישה עם רכזת שילוב בצה"ל + חייל משולב. חשיפה למידע אודות אפשרויות השירות בצבא, תפקידים ומשימות, חוויה, אתגרים והצלחות.
- מפגש 8** - פגישה עם נציגי תכניות קדם שירות: מכינות, שנת שירות + משתתף או בוגר. אפשרויות, חוויה, דוגמאות לעשייה, סדר יום, אתגרים והצלחות.

תיאום המפגשים יתבצע אל מול מנהלי התכניות בארגונים השונים (לדוגמא- מנהלת תכניות השתלבות אנשים עם מוגבלות בשירות הלאומי או עמותות התנדבות דבורי מרגלית- 054-3521033 ומנהלת תכניות שילוב בצה"ל גיתית 054-6689067).



נספח עזרים – מפגשים 6-8

דף מידע : מסלולי השירות – בדרך לקבלת החלטה

לאור השיחה עם הנציגים, מלא את הדף הבא. המידע יסייע לך בתהליך קבלת ההחלטה לגבי סוג השירות בו תרצה לבחור.

1. סוג השירות:

2. עם מי נפגשנו?

3. מה למדתי שלא ידעתי עד כה?

✓

✓

✓

✓

4. אילו שאלות המפגש העלה? מה הייתי רוצה לדעת עוד?

5. מה אני חושב על סוג השירות ועל האפשרויות שהוצגו?

6. האם אחת מהאפשרויות שהוצגו עוררה בי עניין וסקרנות? איזו?

7. אילו מהאפשרויות שהוצגו יכולות להתאים לי? למה?

8. אילו מהאפשרויות שהוצגו לא יכולות להתאים לי? למה?



הצעות למשימות פרטניות לאחר המפגשים:

עודדי את הצעירים ל:

- חיפוש עצמאי באינטרנט ואיתור תפקידים אפשריים.
- סימון תפקידים מעניינים, ודירוג על פי רמת מוטיבציה ועניין.
- שיחה אישית עם חברים ובני משפחה לגבי מטרות השירות, מעטפת האפשרויות והמשמעויות של כל אפשרות.
- שיחה אישית עם חברים ובני משפחה על חששות, אפשרויות, הזדמנויות.

חלק ג – אחריות אישית לזכויותי (10 דקות)

מטרת חלק זה: היכרות של הצעירים באחריות האישית שלהם על עצמם ועל זכויותיהם במהלך השירות ועל האחריות שלהם לייצוג עצמי אל מול המערכת הצבאית.

לסיכום, שאלו את הצעירים:

- מי אחראי לזכויות שלכם?
- מי אמור לדאוג לכם?
- האם האחריות מוטלת על הארגון בו אתם מתנדבים או עליכם?
- מי אמור לייצג אתכם אל מול המערכת? האם אתם מייצגים את עצמכם או מצפים שמישהו ידבר בשמכם?
- למה חשוב שתאמרו את מה שאתם רוצים וצריכים, שתעמדו על שלכם ותסבירו את עצמכם?

← דגש למנחה: הסבירי לצעירים כי כאנשים בוגרים המתגייסים לשירות צבאי/לאומי, הם אחראים לזכויות שלהם. הארגון נותן להם את הזכויות, אך פעמים רבות יש בעיות, הנובעות מחוסר ידע שלהם מה לדרוש, בעיות ארגוניות ועוד. האחריות להכיר את הזכויות, לדעת אם מתקבלות במלואן ולדרוש את הזכויות היא שלם. אל להם לצפות שיעשו זאת בשבילם. לכן עליהם להיות מעורבים, עירניים ואסרטיביים, ובמידת הצורך להיוועץ חבר בן משפחה או גורם מלווה (למשל: בדיקת תלוש המשכורת, בדיקת זכויות, קשר עם אחראי ועוד). חשוב מאד לדעת לדבר את מה שאתם צריכים ולייצג את עצמכם אל מול הארגון³.

³ כדאי ומומלץ לחבר פעילות זו לתכני הפעילות העוסקת בייצוג וסגור עצמי במסגרת "סדנת הכנה לחיים עצמאיים".



הצעות למשימות פרטניות לאחר המפגש:

- התייעצות עם בני משפחה או ועם חבר על בחירת מסלול שירות נבחר
- קבלת החלטה אישית - בחירת מסלול שירות נבחר
- משוב ורפלקציה על תהליך קבלת החלטה



מפגש 10 – הכנה לראיון האישי

מטרות המפגש:

1. היכרות עם שלבים בתהליך המיון לשירות.
2. היכרות עם סוגי שאלות שנשאלות בתהליך המיון לשירות.
3. היכרות עם עקרונות בהצגה עצמית והתנסות בהצגה עצמית ובייצוג עצמי.
4. פיתוח מודעות לרגשות לקראת תהליך המיון לשירות, הפגת חששות וחוסר וודאות.

מבנה המפגש:

- חלק א - פתיחה – התכונה הבולטת שלי (15 דקות)
- חלק ב - עקרונות להצגה עצמית (30 דקות)
- חלק ג - התנסות בהצגה עצמית (30 דקות)
- חלק ד - רגשות לקראת הריאיון האישי (10 דקות)
- חלק ה - סיכום (5 דקות)

מהלך הפעילות:

חלק א – פתיחה – התכונה הבולטת שלי (15 דקות)

מטרת חלק זה: פיתוח מודעות בקרב הצעירים לתכונות האישיות שלהם, בדגש על תכונה משמעותית (דומיננטית).

פתחי את המפגש בהצגת נושא המפגש: הכנה לראיון אישי.



"מחפשים למצוא" אצל המועמדים. לכן, בתהליך המיון עלינו להיות אנוהנו עצמנו בצורה הכי אותנטית ואמיתית שיש. בסוף התהליך ימצא לכל אחד תפקיד.

לאחר השיחה, הציגי את העקרונות הבאים לצעירים ושוחחי על כל אחד מהעקרונות. באפשרותך גם להציג את העקרונות באמצעות פעילות: כל צעיר מקבל עקרון אותו הוא צריך להציג בפנטומימה. המשתתפים האחרים צריכים לנחש מהו העיקרון. אפשרות נוספת היא לחלק את הצעירים לקבוצות, כל קבוצה מקבלת שם של עקרון, והיא צריכה להסביר אותו במילים שלהם ולכתוב מה צריך לקרות או לא צריך לקרות בהקשר לעקרון זה. למשל: קשר עין – יש לשמור על קשר עין עם המרואיין במבט נישוח, לא להסתכל על הרצפה, התקרה או מקום אחר. קשר עין משדר בטחון.

עקרונות להצגה עצמית:

תוכן הדברים שאני אומר:

- ✓ תיאור פרטים אישיים בקצרה.
- ✓ הדגשת הייחודיות.
- ✓ הדגשת המוטיבציה לשירות/ לתפקיד.

התנהגות ושפת גוף:

- ✓ קשר עין.
- ✓ נישוחות וטבעיות.
- ✓ חיוך ואופטימיות

לאחר הצגת העקרונות, המשיכי בפעילות הבאה. הקריאי משפטים שונים המתארים התנהגות ואמירות בזמן ראיון. כתבי בצד אחד של הכיתה "מתאים" ובצד שני "לא מתאים". הנחי את הצעירים לעמוד ליד המילה איתה הם מזדהים לגבי כל משפט.

למשל: "אני אוהב לשחק במחשב ולהיות עם חברים" (מסכים) – כי זה מראה על יכולות טכנולוגיות ויכולות יצירת קשרים חברתיים).



המשפטים:

- לסבתא שלי קוראים רבקה, לסבא שלי יוסף ודוד שלי מצד אמא שמו דוד"
- "הייתי בגן חנה ומאוד אהבתי לאכול בננה כשהייתי קטנה"
- "אני אוהב לשחק במחשב ולהיות עם חברים"
- "החלטתי להתנדב לשירות כי חשוב לי לתרום כמו כולם ואני רוצה להתפתח וללמוד"
- "אני לא כל כך רוצה להתנדב אבל ההורים שלי אמרו לי שאני חייב כי זה יעזור לי בהמשך"
- "יש לי מגבלה שאני לא יכול... אבל אני מתמודד עם זה ורוצה לתת מעצמי"
- "אני אוהב לישון ומאחר הרבה לבית הספר"
- "אני מאוד אחראי ואוהב לעזור"
- "תמיד האמנתי שאני יכול להצליח"
- "אני רוצה להתנדב רק בימי שני וחמישי, בשאר הימים יש לי תכניות"

חלק ג – התנסות בהצגה עצמית (40 דקות)

מטרת חלק זה: התנסות בהצגה עצמית, אל מול חברים.

חלקי את הצעירים לזוגות והנחי אותם להחלטה על מספרים: 1,2. המורה תחלק את הצעירים לזוגות ותבקש מהם להגדיר מיהו מספר 1 ומיהו מספר 2. הנחי את הצעירים לביצוע ראיון זה לזה. בתחילה מספרי 1 יהיו המרואיינים ומספרי 2 המראיינים, ולאחר מכן תתבצע החלפת תפקידים. (שאלות לראיון מצורפות [בנספח עזרים](#)).

ניתן לצלם את הראיונות ולאחר מכן להקרין ולתת משוב לחלק מהמשתתפים. במקרה זה, יש לקבל את הסכמתם. בשלב הבא, יציג כל אחד מהמראיינים את המראיון שלו, לפי מה שלמד עליו (לכל משתתף דקה אחת).

בתום ההצגה, ערכי שיחה עם הצעירים:

- איך היה להקשיב ולהתבונן בהצגה העצמית שלכם על ידי מישהו אחר שהוא לא אתם?
- מי מרגיש שהמראיון זכר את הדברים החשובים מההצגה העצמית?

- מה השפיע על הדברים שהמראיינים זכרו? אילו דברים הם זכרו?
- כמראיינים, איזה מידע עבר אליכם מעבר למילים (שפת גוף)?
- מתוך ההתנסות הזאת, מה למדתם שחשוב לעשות או לא לעשות בראיון אישי?

חלק ד - חששות לקראת הריאיון האישי

מטרת חלק זה: פיתוח מודעות לרגשות לקראת הריאיון האישי.

כתבי על הלוח או פזרי על קירות החדר את המילים הבאות המציינות רגשות: חשש, פחד, התרגשות, סקרנות, אדישות, חוסר עניין, חוסר בטחון, בטחון גבוה, שמחה, בלבול, עצב. הנחי את הצעירים לבחור רגש שהם מרגישים בהקשר לראיון האישי ולתהליך המיון לשירות. בקשי מהם להסביר מדוע הם מרגישים כך ועודדי שיח בין הצעירים. שאלי מי מזדהה עם הרגש, מי מרגיש שונה ולמה הם מרגישים כך.

דגש למנחה: בשלב זה של השנה הצעירים כבר הגיעו להחלטה האם ברצונם להתנדב ובאיזו מסגרת שירות, והם מצויים בפתחו של השלב הבא, תהליכי המיון. תהליכי המיון עשויים להיתפס בעיני חלק מהצעירים כמאתגרים ומסקרנים, בעיני אחרים כמאיימים, ובעיני אחרים כחסרי משמעות. חלקם יגיבו בלחץ והתרגשות, חלקם יפחדו וחלקם יהיו אדישים או חסרי עניין. הגישות השונות עלולות להקשות על התהליך שכן לחץ וחששות עשויים להשפיע לרעה על הרושם הראשוני וכך גם האדישות שעלולה להתפרש על ידי המראיינים כחוסר מוטיבציה או זלזול.

מטרת הפעילות היא לפתח בקרב הצעירים מודעות לרגשות בשלב זה וכן להתנסות בהצגה עצמית ובייצוג עצמי במסגרת הראיונות, כחלק מהפגשת החששות לקראת הריאיון, גם כהכנה לשירות וגם ככלי להמשך החיים: לקראת המשך לימודים, כניסה לעבודה ועוד.

סיכום (5 דקות)

סכמי את המפגש בדגשים והחוויות שהועלו. המליצי לצעירים לתרגל הצגה עצמית גם עם אנשים נוספים, על מנת להגיע מוכנים לראיון.



עורב	סרטן	עצלן
עופר	איילה	תיש
נחליאלי	צבי	שוועל
נחש	צפרדע	אחר

שאלות לראיון

ערוך ראיון אישי למרואיין שלפניך, על פי השאלות הבאות:

- ספר/י לי קצת על עצמך?
- מדוע את/ה רוצה לשרת?
- באיזה תפקיד תרצה לשרת?
- מדוע את/ה חושב שאת/ה מתאים לתפקיד?
- ספר/י לי על שתי תכונות טובות שלך
- תן/תני דוגמא לשתי תכונות פחות טובות אצלך
- מה את/ה חושב/ת שהצוות שיעבוד איתך יאמר עליך בסוף השנה?
- ספר/י לי על אתגר או יוזמה שלקחת על עצמך.
- מהם התחביבים שלך?
- במידה ונתקלת בבעיה עם אחד האנשים איתם אתה עובד במקום השירות/בבסיס, איך תתמודד/י איתה?

- בשלב השני, לאחר העבודה בקבוצות, יציגו המשתתפים את החלטותיהם (על ידי נציג מהקבוצה). ערכי דיון עם הצעירים על כל משפט, נתחו יחד את ההתנהגות המתוארת והבינו יחד את משמעותה. העזרי בשאלות הבאות: אילו התנהגויות נמצאו כמתאימות רק לתלמיד או רק למתנדב?
- מהם ההבדלים העיקריים בין המסגרות השונות (שירות לאומי או צבאי מול בית הספר)?
- מה יידרש מכם בכדי לצלוח את המעבר מהיותך תלמיד למתנדב?
- האם החובות שלכם כמתנדבים יהיו שונות מהחובות של אלו המחויבים בשירות?
- האם יש מקום לטעויות בתהליך ההסתגלות למעבר בין תלמיד למתנדב?

← **דגש למנחה: בררי עם הצעירים על אילו מההתנהגויות היו חילוקי דעות, מה היה קשה ומדוע. אפשרי לדעות שונות להישמע במהלך הדיון הקבוצתי. הנחי את הצעירים להתנהגויות רצויות כמתנדבים בשירות, ועמדי על ההבדל בין היותם תלמידים להיותם מתנדבים בשירות.**

בשלב השלישי, הנחי את הצעירים בקבוצות למשימה נוספת. חלקי לכל קבוצה נושא והנחי אותם לכתוב את ההבדלים בין תלמידים למתנדבים בשירות, בהקשר לתחומים אלה. חלקי לכל קבוצה טבלה, בה יצטרכו לכתוב את ההבדלים. הפני את הצעירים לשאלות המנחות. הקדישי למשימה 20 דקות. ([דפי עבודה לקבוצות מצורפים](#) [בנספח עזרים – משימה 2](#))).

בשלב הרביעי, לאחר העבודה בקבוצות, יציגו הצעירים את תשובותיהם. לאור הדברים, הסבירי את הנושאים הבאים:

סמכות וסמכות הורית - כנער, הסמכות ההורית היא הסמכות הקובעת ופעמים רבות, אם זו עומדת בניגוד לדעותיו של המורה, יתקיים על כך שיח בין השניים. כמתנדבים בשירות הצבאי או הלאומי, הגורם הסמכותי האחראי על הצעיר יהיה המפקד או רכז השירות הלאומי. בהתאם לכללי המסגרת, יוכל גורם הסמכות לקבוע דרישות, גם אם אלו אינן לשביעות רצונו של המתנדב או של הוריו. כמתנדב, ההתנהלות מול הסמכות היא עצמאית ולא באמצעות אחד ההורים.

אחריות אישית וקבוצתית - כצעיר, האחריות על הישגיו והתפתחותו מוטלת על הצעיר בלבד. כמתנדב, האחריות גדלה והוא נושא באחריות גם כלפי אחרים. ייתכן ואיכות הביצוע של משימותיו ישפיעו על רווחתם של אחרים ועל כן יש להתייחס בכובד ראש למשימות ולזמנים. בנוסף, ההסתכלות, לא פעם, תהיה קולקטיבית ומשימה

נספחים – מפגש 11

משימה 1- משפטי התנהגות

קראו את המשפטים הבאים והחליטו: האם מתאימים לתלמידים, למשרתים בשירות צבאי או למשרתים בשירות לאומי?

כתבו את התשובות ליד כל משפט.

1. במקרה של איחור אביא אישור הורה לבעל הסמכות (מורה/ מפקד/ רכז).
2. ביום ההולדת שלי אקח לעצמי יום חופש.
3. במקרה שיהיה לי ויכוח עם סמכות (מורה/ מפקד/ רכז), אבקש מהורי להתערב ולדבר עם אותה הסמכות.
4. אם לא אבין משהו אבקש עזרה מהסמכות (מורה/ מפקד/ רכז).
5. אם הסמכות (מורה/ מפקד/ רכז) לא מוצאת חן בעיני, אני לא חייב לבצע את מה שהיא בקשה ממני לעשות.
6. אם הוטלה עלינו משימה קבוצתית אבל בגלל אחד מחברי הקבוצה לא עמדנו במשימה- האחריות לכך היא שלו בלבד.
7. אם התפקיד שקיבלתי לא מעניין, אני יכול להחליף תפקיד.
8. אני מחליט מתי אני הולך לישון ומתי אני מתעורר.
9. אני מכין לעצמי את האוכל ובוחר מה יהיה לי לאכול במשך היום.
10. אני יכול ללבוש כל מה שמחמיא לי.
11. אני עובד ומרוויח כסף במהלך השנה (כתלמיד / בשירות הצבאי/ בשירות הלאומי).
12. כדי להצליח במסגרת עלי ללמוד ולעשות הרבה שיעורי בית.
13. התפקוד שלי במסגרת נמדד בציונים.
14. יש הרבה מקום ליוזמה אישית במסגרת בה אני נמצא.
15. אני הולך לכל האירועים המשפחתיים שלי במהלך השנה, גם אם מתקיימים בזמן העבודה.



משימה 2 – תחומי סמכות ואחריות

לפניכם טבלאות המתארות הרגלים והתנהגויות הקשורות אליכם, שלכם ושל הקרובים אליכם. כתבו על כל אחד מהם, ובכל אחת מהטבלאות, במקום המתאים לכך:

- איך הוא מתקיים בהיותכם תלמידים?
- איך הוא יתקיים בהיותכם משרתים בשירות צבאי/לאומי?

סמכות הגורם האחראי (מורה, מפקד) וסמכות ההורים	
מי קובע עלי? מי הדמות הסמכותית האחראית עלי? למי יש יותר סמכות? האם הם מדברים ביניהם? אילו דרישות גורם הסמכות מציב בפני? האם אני מתנהל באופן עצמאי מול גורם הסמכות? האם מישוהו עוזר לי?	
שירות	תלמידים
<u>למשל: המפקד</u> להורים אין שום סמכות לי אין שום סמכות	<u>למשל: המורה, המנהל, ההורים</u> למורה יש יותר סמכות מההורים בהקשר ללימודים אני קובע איך אתנהל בלימודים



אחריות אישית ואחריות קבוצתית	
<p>האם המעשים שלי משפיעים רק עלי או גם על הקבוצה? האם איך שאני מבצע את המשימות שלי קשור רק אלי או גם לאחרים? האם ההתייחסות למעשים ולתוצאות מצד הגורם האחראי היא רק עלי או על כל הקבוצה או הצוות? מה משמעות האחריות שלי למעשים שלי? איך זה יכול להשפיע על אחרים? מה התוצאות של ההתנהגות שלי ביחס לתפקיד?</p>	
שירות	תלמידים
<p><u>למשל:</u> אם אני חלק מצוות ואני לא מבצע את המשימה שלי, כולם יכולים להענש</p>	<p><u>למשל:</u> אם אני מפריע בשיעור זה מפריע גם לאחרים</p>



זמנים	
<p>האם אני יכול לאחר?</p> <p>האם אני יכול להחסיר?</p> <p>מה המשמעות של איחורים וחסורים? מה התוצאות שיכולות להיות מכך?</p> <p>מי מושפע מזה?</p> <p>מדוע חשוב לעמוד בזמנים?</p>	
שירות	תלמידים
<p><u>למשל:</u> אסור לי להחסיר ימי שירות, אלא באישור מיוחד.</p> <p>חשוב לעמוד בזמנים כי זה משפיע על אנשים אחרים</p>	<p><u>למשל:</u> מותר לי להחסיר ימי לימודים, על פי המכסה המותרת.</p>



זכות הבחירה	
<p>האם יש לי זכות בחירה? באילו תחומים אני יכול לבחור ובאילו לא? האם כל הדברים שאני צריך לעשות הם לבחירתי? לרוחי? אם יש משהו שאני לא מעוניין לעשות, האם יש לי ברירה? מה הברירה שלי?</p>	
שירות	תלמידים
<p><u>למשל:</u> אני לא יכול לבחור מה ללבוש בשירות אני לא יכול לבחור איפה אני נמצא</p>	<p><u>למשל:</u> אני יכול לבחור במקצוע לימודים אני יכול לבחור כמה ללמוד למבחן</p>

רשימת המשימות:

1. אספו 5 חפצים שצבעם אדום והציגו לכיתה בתום המשימה.
2. כתבו חמשיר קצר המעודד התנדבות לשירות צבאי/לאומי.
3. השיגו את מספר הטלפון של הורה של מישהו מהקבוצה השנייה.
4. הכינו פירמידה מנעליים.
5. כתבו רשימה של כל המקצועות הצבאיים שאתם מכירים. 6. כתבו רשימה של התפקידים האפשריים בשירות לאומי שאתם מכירים.

לאחר המשימה, ערכי שיחה עם הצעירים על הסוגיות הבאות:

- מה השפיע על הבחירה שלכם בסדר ביצוע המשימות?
- איך אנחנו בוחרים מה לעשות קודם ומה אחרי, כאשר הזמן שלנו מוגבל?
- מה עזר לכם לעמוד בזמנים ולבצע את המשימות בזמן המוגדר?
- מה יכול לסייע לנו בניהול הזמן שלנו ובביצוע משימות בתוך זמן מוגדר?

← **דגש למנחה: עמד/י עם הצעירים על סוגי משימות, ועל המשמעות של כל משימה, ברר/י איתם אילו משימות בחייהם הן דחופות, אילו חשובות ואילו רצויות. כתבי על הלוח את המילים: "דחוף", "חשוב", "חובה", "רצוי", "קל", "קשה", "מהיר", "מתמשך", "קצר", "ארוך". הדגיש/י בפניהם כי הבנה של כל משימה והמשמעויות שלה עבורם, יכולה לסייע בניהול הזמן ובהתארגנות וסידור המשימות.**

חלק ב – מודל לניהול זמן – "תרגיל האבנים" (30 דקות)

מטרת חלק זה: היכרות עם מודל לניהול זמן וארגון משימות.

הציגי לצעירים את מודל "האבנים הגדולות והאבנים הקטנות". להלן הצעה לשתי דרכים להצגה:

1. הצגת סרטון: <https://www.youtube.com/watch?v=xHSg9IjO8dg>
2. הדגמה מוחשית: הציבי מיכל שקוף וריק מול הצעירים ומלאי אותו אבנים גדולות. שאלו: "האם הכלי מלא?". לאחר מכן, הוסיפי אבני חצץ אל תוך הכלי ושאלו שוב "האם המיכל מלא?". לאחר מכן, הוסיפי

כהמשך לשיחה, הצג/י לצעירים מספר כלים לניהול יעיל של הזמן:

1. רשימת משימות (חודשית, שבועית, יומית): ברשימה יכתבו כל המשימות שעלינו לעשות, בכל תחומי החיים (לימודים, משפחה, חברים, בריאות, תחביבים, הכנה לשירות ועוד). ניתן לחלק את הרשימה לפי נושאים או קטגוריות, וגם לפי סוג וזמן המשימות (קטנה-קצרה, גדולה-ארוכה). מומלץ לנהל רשימה אחת מרכזית, ומתוכה לגזור רשימות שבועיות ויומיות. למשימות שלא בוצעו יש לקבוע מועד ביצוע חדש ובמידת הצורך לדווח לסמכות על אי-ביצוע המשימה ולהיעזר בסביבה לצורך השלמת המשימה.
2. יומן - ביומן ניתן לכתוב את כל המשימות שיש לבצע, על פי התכנון השבועי והיומי, ועל פי שעות. ביומן יכנסו כל הפגישות, המפגשים, המשימות לביצוע וכל דבר אחר. כיום קיימות אפשרויות רבות לניהול יומן. שתי המרכזיות הן:
 - א'. יומן ידני - הדגימי את השימוש ביומן בעזרת יומן המורה או יומן של אחד התלמיד/צעירים.
 - ב'. יומן אלקטרוני (למשל: יומן GMAIL) - הדגימי את השימוש ביומן אלקטרוני באמצעות מחשב או באמצעות טלפון ומקרן: הוספת פגישה או תזכורת, מחיקת פגישות, הזמנת חברים לפגישה וכו'.

הצג/י בפני הצעירים שיטות שונות להתנהלות עם יומן:

- כתיבה ביומן כיס בעיפרון - מאפשרת לשמור על סדר ולמחוק פגישות/ משימות שנדחו או התבטלו.
- סימניה - מקלה על פתיחת היומן בתאריך הרצוי.
- מילוי ה"אבנים הגדולות והאבנים הקטנות" - רשימת המשימות החשובות ביותר ולאחר מכן הוספת המשימות הבאות על פי סדר העדיפויות.
- סימון וי- על משימות/ פגישות שבוצעו. משימות שלא בוצעו יש לשבץ במועד חדש.
- המלצה: בסוף כל יום, לכתוב ביומן דברים שהספקתי לעשות היום (ולא היו בתכנון). שיטה זו מאפשרת להסתכל על ההצלחות ועל ההישגים (לא רק על מה "לא הספקתי" אלא גם על "מה הספקתי". ומאפשרת הסתכלות על סדר חשיבות ועדיפות).

שוחחי עם הצעירים על שני סוגי היומנים ועמדו יחד על היתרונות והחסרונות של כל אחד מהם. באפשרותך להיעזר בטבלה הבאה:



בנק הזמן

"תארו לעצמכם, שיש בנק המזכה אתכם בכל בוקר בסכום של 86,400 ₪. היתרה אינה עוברת מיום ליום. בכל לילה, כל סכום שלא הוצאתם במשך היום נמחק. מה הייתם עושים? מוציאים כל שקל כמובן. לכל אחד מאתנו בנק שכזה.

שם הבנק: זמן

בכל בוקר אנו מזוכים ב- 86,400 שניות. בכל לילה מה שלא נוצל, הולך לאיבוד. היתרה אינה עוברת ליום שלמחרת. אין אוברדרפט. בכל יום, נפתח החשבון מחדש. בכל לילה, מה שנותר נמחק. אם לא השתמשתם במה שהיה בחשבון- ההפסד כולו שלכם. אי אפשר לחזור אחורה. גם אי אפשר למשוך כנגד המחר. מוכרחים לחיות בהווה, על חשבון הזמן שניתן לנו בכל יום. השקיעו את זמנכם, על מנת להשיג ממנו את מירב הבריאות, האושר וההצלחה בעתיד.

השעון מתקתק, נצלו את הזמן, היום! על מנת להבין מהו ערכה של שנה אחת- שאלו תלמיד שנשאר כיתה. על מנת להבין מהו ערכו של חודש אחד - שאלו אימא שילדה פג. על מנת להבין מהו ערכו של שבוע אחד - שאלו עורך של עיתון שבועי. על מנת להבין מהו ערכה של שעה אחת- שאלו אוהבים המחכים לפגישה. על מנת להבין מהו ערכה של דקה אחת- שאלו את האדם שפספס רכבת. על מנת להבין מהו ערכה של שניה אחת- שאלו את האדם שניצל מתאונת דרכים. על מנת להבין מהו ערכה של אלפית השנייה- שאלו את הספורטאי שזכה במדליית כסף. תבינו מהו ערכו של כל רגע ותוקירו אותו יותר, אם חלקתם אותו עם אדם מיוחד, אדם יקר, זכרו שהזמן אינו ממתין לשום אדם. האתמול הוא היסטוריה. המחר אינו ידוע. היום הוא מתנה. וכדי להוכיח לכם תבדקו איך קוראים להווה באנגלית! (PRESENT)."



מפגש 13 – מסוגלות עצמית

מטרות המפגש:

1. היכרות עם המושגים אמונה עצמית ומסוגלות אישית.
2. פיתוח מודעות למסוגלות עצמית בתחומים שונים.
3. חיזוק האמונה והביטחון והגברת תחושת המסוגלות האישית.

מבנה המפגש:

- חלק א - התנסות במשימות ושיחה על מסוגלות אישית (45 דקות)
- חלק ב - אמונה ומסוגלות אישית (30 דקות)
- חלק ג - הצלחות אישיות וסיכום (15 דקות)

מהלך הפעילות:

חלק א – התנסות במשימות ושיחה על מסוגלות אישית (45 דקות)

מטרת חלק זה: התנסות במשימות הדורשות מסוגלות עצמית בתחומים שונים.

פתחי את המפגש בהסבר על כך שהמפגש היום יפתח במספר משחקים שהם חלק מלמידה ומנושא המפגש.

הנחי את המשחקים הבאים:

קפיצה על רגל אחת - בקשי מהצעירים להעריך כמה קפיצות על רגל אחת הם מסוגלים לקפוץ במשך 30 שניות. כתבי/י על הלוח את ההימור של כל אחד לצד שמו. מי שאינו יכול לקפוץ על רגל אחת, יתבקש להמר על מספר הפעמים בהם יוכל להרים את היד מלמטה למעלה (או כל פעולה אחרת). לאחר שכל הצעירים הימרו על

מספר הקפיצות, בקשי מהם לקפוץ על רגל אחת במשך 30 שניות. כל צעיר יספור את מספר הקפיצות שלו. בתום המשחק יירשמו התוצאות על הלוח לצד מספר ההימורים.

בתום המשחק, שוחחי עם הצעירים על הפער בין ההימורים לתוצאת האמת (סביר כי תהיה גבוהה יותר). שאלו: מדוע אנחנו מעריכים את עצמנו נמוך יותר מהמציאות? מה אנחנו למדים על עצמנו מהתנסות זו?

כדורגל סיני – העמידו את הצעירים במעגל והנחי אותם לעמוד צמוד זה לזה, בפסוק רגליים, כך שלכל אחד "שער" בין רגליו. הכניסו כדור למעגל. הנחה אותם להושט הידיים קדימה. באמצעות הידיים בלבד, עליהם "להפקיע גול" לרגליים של חבר אחר מהמעגל. ניתן להגן על השערים באמצעות הידיים בלבד.

בתום המשחק שאלו: אילו מיומנויות נדרשו למשחק זה? האם הרגשתם שיש לכם את המיומנויות הללו? מי האמין בתחילת המשחק שיבקיע גול? מי הרגיש שיש לו את המסוגלות לנצח במשחק? מי הופתע מעצמו במשחק? האם יש מצבים נוספים בחיים שאנחנו לא מכירים במיומנויות שלנו ומגלים כי אנחנו מסוגלים? תנו דוגמא למשהו שלא האמתם שתוכלו לעשות והצלחתם.

שיווי משקל – חלקי את הצעירים לזוגות (רצוי זוגות בגבהים דומים). כל זוג יתבקש לעמוד זה מול זה, בתנוחה יציבה, ולהניח כף על כף (בדומה לתנועה שבה נותנים "כף"). בהכרזה של המורה, ינסו הזוגות להפר את שיווי משקל של בן הזוג באמצעות דחיפות קלות של כפות הידיים אל כפות הידיים של בן הזוג בלבד, ומבלי לאחוז בו! המנצח הוא הראשון שמצליח להפר את שיווי המשקל של בן הזוג.

לאחר התנסות אחת, בקשי מהזוגות לחזור על התרגיל, אלא שהפעם עליהם לדמיין את עצמם היטב כמנצחים. המורה תנחה את הצעירים לדמיין את רגע הניצחון לאורך התרגיל כולו.

בתום הסבב השני של התרגיל, שאלו: האם הרגשתם הבדל בין הפעם הראשונה שביצעתם את התרגיל לבין הפעם השנייה? במידה והצעירים מדווחים שכן, שאלו: למה הרגשתם הבדל? איך אמונה עצמית משפיעה עלינו? על ההתנהגות שלנו? על המעשים שלנו? האם אתם מכירים סיפורים נוספים של אנשים שהאמינו בעצמם והשתנו בעקבות זאת?

מומלץ להוסיף התנסויות ומשחקים נוספים, וכן חידות הגיון.

דיון קבוצתי לאחר צפייה בסרטון

לאחר הצפייה בסרטון, שוחחו עם חבריכם לקבוצה ודונו במשמעות הסיפור של חן מילר. העזרו בשאלות הבאות:

- אילו תחושות התעוררו בכם בעקבות הסרטון? האם הזדהיתם עם הסיפור של חן?
 - איך לדעתכם הצליחה חן לגייס את הכוחות להצליח? מה גרם לה להאמין בעצמה? ממה הושפעה ההחלטה שלה?
 - מה חשבתם על המשפט שאמרה חן "הפכתי להיות מי שאני בזכות הכישלונות הכי גדולים שלי"?
 - מי אחראי על תחושת המסוגלות שלנו?
 - למה חשוב שנאמין בעצמנו? אולי מספיק שיאמינו בנו?
- בתום השיחה, חשבו על סלוגן/משפט/חמשיר המסכם את מסקנות הדיון שלכם, ומספר את הקשר בין אמונה עצמית לתחושת מסוגלות. את המשפט כתבו על פלקט.
- למשל: "מחשבה בוראת מציאות קיימת – ככל שנאמין בעצמנו כך נצליח יותר".



מפגש 14 - אחריות אישית, ויסות ושליטה

מטרות המפגש:

1. פיתוח מודעות לויסות ושליטה עצמית וליכולת והאחרות האישית להשפיע על האופן בו יראו חי.
2. הבנה של מה בשירות הצבאי/לאומי הינו בשליטתי ומה לא.
3. קבלה והבנה של התחומים שאינם בשליטה.
4. ייצוג של רצונותיי צרכיי והעדפותיי
5. פיתוח אחריות אישית למעשים והכרה במשמעותם בהווה ובעתיד.

מבנה המפגש:

- חלק א - הדברים שבשליטתי והדברים שאינם בשליטתי (20 דקות)
- חלק ב - אתגרים בשירות (40 דקות)
- חלק ג - מעגל הדאגה וההשפעה (20 דקות)
- חלק ד - סיכום (10 דקות)

מהלך הפעילות:

חלק א - הדברים שבשליטתי והדברים שאינם בשליטתי (20 דקות)

מטרת חלק זה: היכרות של הצעירים בעובדה שחלק מהדברים בחייהם הם בשליטתם ובאחריותם וחלק מוכתבים להם ואפיון תחומים בחייהם על פי חלוקה זו.

פתחי את המפגש בהצגת הנושא: אחריות אישית.



התחילי את המפגש במשחק פתיחה. הושיבי את הצעירים במעגל, והניחי במרכזו צלחת עם חפיסת שוקולד. מחוץ למעגל, יונחו סכין, מזלג ומספר פרטי לבוש (חולצה/ צעיף/ כובע וכו'). כל צעיר, יטיל בתורו את קוביית משחק. צעיר שהמספר בקובייה שהטיל הוא 6, יצטרך לקום, להתלבש, לקחת את הסכו"ם ולהיכנס למרכז המעגל כדי להספיק לאכול מהשוקולד (מותר לאכול רק בעזרת סכין ומזלג ולחתוך רק קובייה אחת בכל פעם). בזמן שהוא מתארגן או אוכל את השוקולד, הקובייה ממשיכה לעבור בין המשתתפים עד שהמספר 6 שוב מופיע ואז צעיר אחר מחליף את הצעיר שבמרכז המעגל. המטרה היא להספיק לאכול את השוקולד מבלי שהצעיר הבא יגיע להחלפה. (שימו לב לרגישויות של צעירים ללקטוז, גלוטן וכדומה. במקרה הצורך, אפשר להחליף את השוקולד בכל מאכל אחר).

בתום המשחק שאלו:

- האם לדעתכם זה משחק הוגן?
 - מי לדעתם המנצח של המשחק ובזכות מה ניצח?
 - מה מהדברים במשחק הזה שהיו בשליטתכם? (מהירות הלבוש, מהירות האכילה, מהירות העברת הקובייה, הוגנות, רוח טובה ועוד)
 - מה מהדברים במשחק שלא היו בשליטתכם? (תוצאת הקובייה, מהירות האכילה של החברים במשחק, מהירות התגובה של האחרים לקובייה, סוג השוקולד, סדר הישיבה ועוד)
- לאחר ניתוח המשחק, העבירו את השיחה לנושא ההתנדבות. שאלו/י:

- מה בתהליך ההכנה לשירות ובשירות עצמו הוא אינו בשליטתנו? (למשל: שיבוץ לתפקיד, צוות שנעבוד איתו, דרישות התפקיד, זמנים) על מה אנחנו יכולים לנסות להשפיע גם כשאננו בשליטתנו? הצע דרכים ופעולות.
- מה בתהליך ההכנה לשירות ובשירות עצמו הוא בחירותינו ובשליטתנו? (האופן בו נדבר לאחרים, האופן בו נתנהג, המחויבות שלנו לתפקיד, העמידה בדרישות התפקיד, הגעה בזמנים, התייחסות ברצינות, דייקנות, הקשבה לסמכות, הוכחת המסוגלות שלנו, התמודדות עם סיטואציות חברתיות ועוד).
- איך ההתמודדות שלנו עם דברים יכולה להשפיע עלינו בשירות? על מצב הרוח שלנו? על התפקוד שלנו? על האחרים?

← **דגש למגנחה: הדגישי בפני הצעירים כי ישנם דברים בשירות שאינם בשליטתם. עם זאת, האופן בו יבחרו להתנהג ואיך להגיב לדברים שנדרשים מהם וקורים סביבם הוא בשליטתם. ככל שישתכלו בצורה חיובית על הדברים, יהיו מחויבים למשימות, ינצלו הזדמנויות שנקרות בדרכם ויבחרו להצליח, כך לדברים שהם עושים תהיה יותר משמעות ויותר יכולת השפעה. השליטה העצמית מתבטאת באופן בו אנחנו מתייחסים לדברים שקורים לנו ואיך אנחנו מתנהגים.**

הסבירי כי גם במסגרת שהיא נוקשה וברורה כמו שירות צבאי, יש הרבה מקומות בהם יש לנו שליטה ואנחנו יכולים להשפיע על חיינו.

חלק ב – אתגרים בשירות הצבאי (40 דקות)

מטרת חלק זה: פיתוח מודעות בקרב הצעירים באחריות האישית בהתמודדות עם אתגרים וכן ביכולתם להשפיע על המציאות של חייהם.

פזרי בכיתה כרטיסיות ובהן תיאורים של אתגרים שונים הלקוחים מעולם המתנדבים בשירות הצבאי/ הלאומי (**מצורפים בנספח עזרים, מומלץ לצלם במספר עותקים**). הנחה/י את הצעירים לבחור כל אחד באתגר בו הוא מניח שיתקל במהלך השירות. חלק/י את הצעירים לקבוצות, על פי האתגרים שבחרו (מספר צעירים שבחרו באותו אתגר יושבים יחד). במידה ואין בחירות משותפות, הושיבי אקראית והנחה/י אותם להתייחס לכל האתגרים שבחרו. הנחה/י את הצעירים לחשוב על רעיונות להתמודדות עם האתגר. את הרעיונות עליהם לכתוב על דף, ולאחר מכן להציגם לכיתה.

לאחר איסוף התשובות, שוחחי עם התלמיד/צעירים על דרכי ההתמודדות:

- האם הצלחתם לייצר פתרון? מהו?
- מי הדמות הפעילה בפתרון שמצאו? של מי האחריות במקרה זה לשנות את המציאות?
- מהי האחריות שלכם במצב זה?
- מה בשליטתכם ומה לא בשליטתכם?
- על מה ביכולתכם להשפיע?
- האם ישנם קשיים/ מצבים שאין לנו שום השפעה או יכולת לשנות אותם?

← **דגש למנחה: הדגישי בפני הצעירים את נושא האחריות האישית לחייהם, והיכולת שלגהם להשפיע על המציאות שלהם ולשנות את מה שקורה להם. הסבירי את חשיבות הייצוג העצמי בסיטואציות שונות, במקרים בהם יש להם שליטה ויכולת לשנות וגם במקרים בהם היכולת לשנות היא מעטה.**

חלק ג - מעגל הדאגה וההשפעה (20 דקות)

מטרת חלק זה: פיתוח מודעות עצמית ליכולות אישיות ובמחויבות שלהם לקחת אחריות על חייהם.

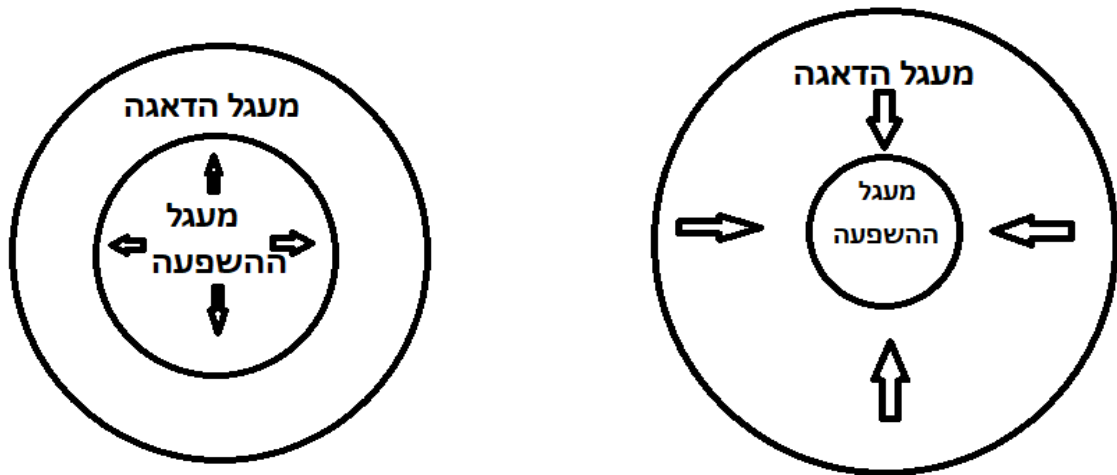
הסבירי לצעירים על "מעגל הדאגה וההשפעה" (על פי מודל של סטיבן קובי). במהלך ההסבר, ציירי את המעגלים על הלוח.

מודל הדאגה וההשפעה – מוצג בספר "שבעת ההרגלים לאנשים אפקטיביים במיוחד"/סטיבן קובי. המודל הינו מודל אימוני יעיל שמסביר היטב את יכולת הבחירה הקיימת כמעט בכל סיטואציה בחיינו (בין אם רצויה ובין אם איננה רצויה). על פי מודל זה, כל אדם מתנהל בשני מעגלים: מעגל ההשפעה ומעגל הדאגה.

מעגל ההשפעה מייצג את מכלול הדברים שאנו תופסים שיש ביכולתנו להשפיע עליהם ולשנות אותם. מעגל הדאגה מייצג את מכלול הדברים שלתפיסתנו, אין לנו שליטה עליהם וגורמים לנו לדאגה - אין שום פעולה שאנו יכולים לנקוט בכדי לשנות את פני הדברים.

עקרונות הפעולה על פי המודל:

- ככל שנגדיל את מעגל ההשפעה שלנו כך נצמצם את המקום שתתפוס הדאגה בחיינו, והפוך - ככל שנגדיל את מעגל הדאגה כך נחוש פחות משפיעים על חיינו.
- התנהגות פרואקטיבית-יזומה מגדילה את מעגל ההשפעה.
- מציאת דרכים יצירתיות להשפעה על תחומים שנראים מחוץ לשליטתנו, תורמת להגדלת מעגל ההשפעה ולצמצום מעגל הדאגה.
- שני המעגלים צורכים אנרגיה. השקעת אנרגיה במעגל הדאגה גוזלת אנרגיה ממעגל ההשפעה ועל כן חשוב למקד את מירב האנרגיה במעגל ההשפעה. יחד עם זאת, השקעת אנרגיה מוגזמת בדברים שלא ניתן לשנות עשויה להוביל להתקדמות מעטה אך גם עלולה להתיש. האיזון נמצא בצמצום מעגל הדאגה תוך ההבנה כי לא ניתן להעלימו לחלוטין.



לאחר ההסבר, הנחי את הצעירים לצייר את המעגלים במחברת, ולכתוב באופן חופשי דברים שנמצא במעגל הדאגה שלהם. לאחר מכן, הנחי אותם לחשוב מה מהדברים שכתבו יכול לעבור למעגל ההשפעה. מה ביכולתם לשנות? על מה ביכולתם להשפיע?

← **דגש למגחה: מומלץ להמשיך את העבודה על המעגלים במסגרת הליווי האישי, ולקדם שיח עם כל אחד מהצעירים אודות מה בחייהם בהשפעתם ומה לא, מה היו רוצים לשנות, איפה ביכולתם להשפיע ומה הכוחות והתזוקות שיכולות לסייע להם במקומות אלו.**



נספח עזרים – מפגש 14

משפטי אתגרים בשירות הצבאי/לאומי

אני לא מצליח להגיע בזמן

אני לא מבין את המטלות
שבאחריותי בשירות

ההורים שלי לא מאמינים שאני יכול
להצליח



אני לא אוהב את האוכל במקום שבו
אני משרת

קשה לי לקבל סמכות של אנשים
אחרים



מפגש 15 – סיכום מסע ההכנה לשירות

מטרות המפגש:

1. סיכום התהליך האישי והקבוצתי.
2. חיזוק המודעות לחוזקות אישיות ולכלים שרכשו בתהליך ההכנה.
3. חיזוק תחושת המסוגלות ויצירת תחושות חיוביות לקראת השירות.

מבנה המפגש:

- חלק א – סיכום אישי (45 דקות)
- חלק ב – סיכום קבוצתי (45 דקות)

מהלך הפעילות:

מפגש זה הוא המפגש האחרון, אשר מסכם את התהליך האישי והקבוצתי של הצעירים. למפגש יש גם ערך רגשי רב וחשוב לחבר את הצעירים להיבט זה המתלווה לסיום ולהתחלה חדשה. באפשרותך לערוך את המפגש בצורה חגיגית. גם במפגש זה חשובה ההובלה שלך כמנחה את התהליך. שתפי את הצעירים ברגשותיך והתרשמותך מההתפתחות שלהם לאורך התהליך, וסכמי את התהליך באווירה חיובית ומרגשת.

חלק א – סיכום אישי (45 דקות)

מטרת חלק זה: סיכום החוויות האישיות.

חלקי לצעירים את "חוברות המסע" (מצורפות בקובץ מצורף - לא מצורפות). חוברות המסע מסודרות על פי שבע תחנות. סדרי את הכיתה לפי שבע התחנות. בכל תחנה פזרי בכיתה טושים, צבעים, ואמצעי יצירה נוספים. בכל תחנה הניחי את העזרים המתאימים: שירים, תכונות. (מצורפות בנספח עזרים). הנחי את הצעירים למלא את החוברת על פי התחנות. מומלץ ללוות את הפעילות במוסיקה נעימה.

בדקי עם הצעירים במהלך העבודה העצמית וודאי כי ההוראות ברורות. שוחחי עם מי שנדרשת לו עזרה ועזרי לו במחשבות על מילוי החוברת.



נספחים – מפגש 15

רשימת שירים:

התחלה חדשה/ יעקב גלעד
סוף זה תמיד התחלה/ לאה נאור
יוצא לאור/ אהוד בנאי
תחזור תחזור/ יובל בנאי
יש בי אור/ קובי אפללו
שיר נבואי קוסמי עליז/ יוני רכטר
שיר תקווה/ מיכאל וקנין
מחכה/ ריטה



ספורטאי	זריז	מסודר	מאורגן	חרוץ
שאפתן	בעל חוש הומור	ותרן	בעל יכולת שכנוע	אהראי
בעל בטחון עצמי	טוב לב	נדיב	מלא חיים	יצירתי
סבלן	עוזר לאחרים	נחמד	סמכותי	יוזם
מנומס	מלהיב	משקיען	יודע לקבל החלטות	מתמיד
מכבד את הזולת	חכם	יפה	בעל ערכים	מהווה דוגמא
מנהיג	מאיר פנים	רציני	עצמאי	אופטימי



מפרגן	משקיען	חזק	מחושב	אינטליגנטי
-------	--------	-----	-------	------------