המסע לפולין

מסע של אדם בעקבות בני אדם...

משרד החינוך התרבות והספורט / שירות פסיכולוגי ייעוצי בשיתוף מנהל חברה ונוער

המסע לפולין

מסע של אדם בעקבות בני אדם...

משרד החינוך התרבות והספורט / שירות פסיכולוגי ייעוצי בשיתוף מנהל חברה ונוער

ערכו: מיכל לב

חנה שדמי

ג'ודי בן-עזרא

כתבו: חברי וועדת שפ"י לנושא השואה

(על פי סדר הצטרפותם לוועדה):

ג'ודי בן-עזרא – מנהלת אגף ייעוץ בשפ"י

מיכל לב – רכזת הוועדה, יועצת ומדריכה בשפ"י

חנה שדמי – מנהלת אגף סיוע ומניעה בשפ"י

חנה כהן – יועצת בכירה, מחוז מרכז

ראובן אש – פסיכולוג מחוזי, ירושלים

הורסיו ליקח – פסיכולוג שפ"ח באר שבע, מנהל מעון שיקומי בערד

משה אלון – פסיכולוג, ס' מנהל השפ"ח, עירית תל-אביב

ציפי חורי – יועצת בכירה, מחוז דרום

ציפי לס – פסיכולוגית, מנהלת שפ"ח באר שבע

אורנה וינר – פסיכולוגית, שפ"ח תל-אביב

יוסי כץ – פסיכולוג, שפ"ח חוף הכרמל

צילה מנדל – יועצת בשפי ומדריכת פולין

אורלי סרוסי – יועצת בכירה, מחוז תל-אביב

יפה שפילמן – יועצת בכירה, מחוז מרכז

פרופ' ציפי שכטמן – החוג לחינוך, אוניברסיטת חיפה

רחל זינגר – יועצת ומדריכה בשפ"י

ישראל קרצנר – מפקח ארצי, מנהלת פולין, מנהל חברה ונוער

כמו כן השתתפו בכתיבה פסיכולוגים ויועצים, **בוגרי קורס שפ"י להכנת משלחות הנוער לפולין.**

עיצוב גרפי: פרסומי ישראל ושות'

דפוס: מאור וולך

הוצאה לאור: מחלקת הפרסומים, משרד החינוך התרבות והספורט

צילום: מתן אשכנזי, תמונות מתוך תערוכתו "סרט נע...".

קראו והעירו: ד"ר בלהה נוי

מינה פנצר

gov
www.gov.il

המסע לפולין מסע של אדם בעקבות בני אדם...

תוכן עניינים

נושא	עמוד
הקדמה, ד"ר בלהה נוי	5
דבר העורכות	7
פתח דבר - מסע של אדם בעקבות בני אדם	11
פרק ראשון - מסע ההתבגרות והמסע לפולין	15
א. תהליכים תוך אישיים	
ב. תהליכים גופניים	
ג. תהליכים קוגניטיביים	
ד. תהליכים חברתיים בקבוצת השווים	
ה. תהליכים משפחתיים	
פרק שני - גורמים מתווכים של חוויית המסע לפולין	23
א. המשלחת כמערכת ארגונית	
ב. היוצאים למסע והתהליך הקבוצתי	
ג. ההדרכה והמסלול והשפעתם על מרכיבי הרגש	
ד. "להיות העדים של העדות" - שילובם של אנשי העדות במסע לפולין	
ה. הטקסים במסע לפולין	
פרק שלישי - "מהלכה למעשה..." - מפגשים בתחום הרגשי	35
א. הכנת התלמידים משתתפי המסעות	
חלק 1: דגשים, מועדים ותכני ההכנה	
חלק 2: תלמידים בעיצומו של המסע	
חלק 3: תלמידים - השיבה הביתה	
ב. הכשרת המורים המלווים לתפקידם בתהליך	
ג. מעורבות ההורים בתהליך המסע לפולין	
ד. "אנחנו נשארים בארץ..." התלמידים שאינם יוצאים למסע	

פרק רביעי - "כולם יוצאים" או " מסע למתאימים בלבד" 73

א. הדילמה

ב. אוכלוסיות אליהן נפנה תשומת לב מיוחדת

ג. כיצד נדע? כיצד נבצע את תהליך ההתאמה?

פרק חמישי - הטיפול בתלמידים בסיכון לפני, במהלך ואחרי המסע 79

א. שמירה על הבריאות הנפשית של משתתפי המסע

ב. הגדרת הקריטריונים של קבוצת התלמידים שבסיכון

ג. הטיפול בתלמידים בסיכון לפני, במהלך ואחרי המסע

פרק שישי - התרומה הייחודית של אנשי שפ"י 85

רציונאל

א. תפקידם של היועצים והפסיכולוגים בתוך בית הספר

ב. הכשרת צוותי מורים ומדריכים

ג. אנשי שפ"י המלווים את המשלחות הממלכתיות

סיכום

מקורות 92

המסע לפולין מסע של אדם בעקבות בני אדם...

הקדמה - ד"ר בלהה נוי

"אני מאמין בשמש גם כאשר איננה זורחת. / אני מאמין באהבה גם כאשר אינני חש בה. / אני מאמין באלוהים גם כאשר הוא שותק"

(כתובת שנמצאה במקום מסתור של יהודים. מצוטטת בכתבה של נחום ברנע בידיעות אחרונות. יום השואה תשס"ה)

בילדותינו נחשבה השואה לנושא "חסוי", שאין לדבר עליו עם ילדים או להזכירו בפניהם, משום שאין הם יכולים ואף אינם צריכים לעסוק בו.

באווירה זו צמחנו אנו, הדור הראשון שלאחר השואה.

המידע שהגיע אלינו "משם", לא הגיע בדרך כלל מפי המבוגרים אלא התגלה בדרך של שמועות, קטעי מידע ומפגשים עם עולים חדשים.

המילים "כצאן לטבח", "גלותיות", העידו על התנשאות, יהירות, אטימות ובורות.

תחילתו של השינוי ביחס לשואה החל עם משפטו של אדולף אייכמן. התובע הכללי מטעם המדינה, גדעון האוזנר, אמר אז את הדברים שחוללו מפנה בהבנת השואה:

"בתהליך ההיסטורי של הגשמת הציונות והעלייה, גורלו של הפרט תלוי על-פי רוב במקרה... על נקלה יכול היה לקרות, שעם פרוץ המלחמה ישבו בארץ יהודים אחרים, ואילו רבים מאתנו, תושבי הארץ, היינו נשארים שם... הבנת התנהגותם של היהודים בשואה הנה אפוא ההבנה, שלא זו בלבד שיכולנו להיות שם בגופנו במקומם, אלא שאילו אמנם היינו שם והם כאן, היו ודאי הם מקימים את היישוב, את "ההגנה", את הפלמ"ח והמחתרת. הם היו כובשי השממה ומבקיעי ההעפלה. היו הם מקימים את צה"ל ומבצעים את מעללי הגבורה ממלחמת העצמאות ועד נוקייב. ואילו אנו לו המר לנו גורלנו והיינו שם, בודאי לא היה שונה גורלנו מגורלם, ולא הייתה גדולה גבורתנו מגבורתם".

המסע של בני הארץ לפולין, על מנת להכיר את ההיסטוריה של בני עמם, משקף את השינוי בהתייחסות אל השואה מצד התלמידים.

השואה לא עוד אירוע מבייש ומביך אלא אירוע מכונן בחיי העם היהודי והאנושות כולה.

השואה כמבטאת את ההצדקה האולטימטיבית האולטימטיבית למדינה משלנו.

השואה כמבטאת את גבורת הנטבחים והניצולים.

השואה כתזכורת לסכנת איבוד צלם האדם.

המסע לפולין הוא מסע שורשים של המתבגרים, הן אל ההיסטוריה של עמם והן אל מסתרי נפש האדם.
מערכת החינוך, לא רק שאינה מסתירה את אשר אירע אלא מזמנת לילדים חוויה רב חושית
הכוללת מראה עיניים, מגע, ריחות ושמיעה.
המסע מעביר מסר, אנו סומכים על חוסנכם ויכולתכם לראות את הזוועה ולהפיק ממנה את הלקחים האישיים והקבוצתיים המשתמעים ממנה.
המסע הוא מעין מסע של חניכה אל מסתרי עולם המבוגרים ואל קטעים ומקומות שאליהם נחשפו אבות אבותיהם. המסע יוצר חיבור של דור הנכדים אל דור הסבים.

שפ"י חבר לליווי המשלחות רק בשנים האחרונות.
החבירה הזו, הנראית כה טבעית וכה הכרחית, היא פרי יוזמה של אנשים אחדים, שהנושא היה בנפשם. הייתה לאנשים אלה הזכות לשלב היבט אישי, משפחתי, עם היבט מקצועי ולהפוך את הצורך בעשייה למחויבות של הארגון כולו. גם דרך הכתיבה של חוברת זו נעשתה בדרך ייחודית. החוברת לא מסתמכת רק על ידע תיאורטי ומקורות היסטוריים ופסיכולוגיים אלא מבוססת על ההתנסות המעשית בשטח, שהובילה ללמידה ולהמשגה של תובנות מעמיקות. ידע זה אינו נמצא בספרים.
התרגום המעשי של תהליך מורכב זה מובא בפניכם בחוברת זו.

הקורסים המכשירים את הפסיכולוגים והיועצים לליווי המשלחות הפכו לקורסים הידועים באיכותם המיוחדת ואנשים שלמדו בהם הם אנשים שעולמם הרוחני התעשר.
השילוב בין פסיכולוגים ליועצים, בין מינהל הנוער לבין שפ"י, בין ותיקים לבין צעירים, בינינו לבין צוותי בתי הספר והמגע הבלתי אמצעי עם תלמידים ברגעים כל כך מיוחדים, בהם מתעצב עולמם הרוחני והרגשי, הם זכות עבור כולנו.

ברצוני להודות ל**מיכל לב** על הובלת כתיבת החוברת.
לחברי ועדת שפ"י לנושא השואה: **ג'ודי בן-עזרא, חנה שדמי, חנה כהן, ראובן אש, הורסיו ליקח, משה אלון, ציפי חורי, ציפי לס, אורנה וינר, אורלי סרוסי, יפה שפילמן, פרופ' ציפי שכטמן ורחל זינגר** על קידום מדיניות שפ"י.
למנחים **יוסי כץ** ו**צילה מנדל** על הנחיה המשמשת מודל להעצמה הדדית של הפרופסיות.
תודות ל**יוסי לוי** על השותפות והפתיחות.
ל**בוגרי שלושת המחזורים** הראשונים על החלוציות, על המחויבות ועל העשרת הארגון שלנו בידע ובחוויות.

דר' בלהה נוי
מנהלת אגף א' שפ"י

המסע לפולין מסע של אדם בעקבות בני אדם...

דבר העורכות:

אלפי בני נוער יוצאים מידי שנה אל המסע לפולין, חוויה ייחודית המהווה שיא של פעילות חינוכית בנושאי ההיסטוריה של עם ישראל, לפני השואה ובמהלכה. המסע מתרחש על רקע של מסע גיל ההתבגרות, בו מתפתחת העצמאות, הזהות האישית והקשרים הבינאישיים. עוצמתו הרגשית של המסע מאפשרת צמיחה וגדילה מחד, אך עלולה לגרום לסיכון, מאידך.

בשנת תשס"א החלה הבנה בדבר הצורך של אנשי בריאות הנפש להיות מעורבים בתהליך המסע לפולין, אשר חושף את המתבגרים לעובדות ולחוויות קשות. מטרתנו היא להעצים את הפוטנציאל לצמיחה ולהתפתחות ולאפשר ליווי בשלב המשמעותי של התבגרות הצעירים בארץ. יוזמה זו, שעלתה מן השדה, התחדדה לאור העובדה כי סיורי בני הנוער באתרים יהודיים ובמחנות ההשמדה בפולין הפכו להיות המאפיין הבולט של התמודדות בני "הדור השלישי" עם זיכרון השואה.

בשלב ראשון הוקמה וועדה אשר לקחה על עצמה כמשימה לבדוק את תרומתנו הייחודית למסע לפולין, החל משלב התהוות המשלחת, בעת היותה בפולין ועד לשלב חזרתה ארצה. הוועדה עבדה בשיתוף פעולה מקצועי מלא עם אנשי מנהל חברה ונוער, ונטלו בה חלק יועצים ופסיכולוגים. תהליך הלמידה כלל התנסות במסע ולמידה בשטח, דיאלוג ושיתוף פעולה של אנשים מהשדה ומהאקדמיה. במקביל לפיתוח החומר התיאורטי והמעשי של ההתייחסות הרגשית ליציאת בני הנוער במשלחות לפולין נבנה, בשיתוף עם מנהל חברה ונוער ויד ושם, קורס ליועצים ולפסיכולוגים המתמחים בנושא. רבים מהחומרים והתובנות המובאים בחוברת זו פותחו על ידי בוגרי קורסים אלה של שפ"י, אשר נענו לאתגר וחקרו את השפעות המסע מזוויות אישיות ומקצועיות שונות. בוגרי הקורסים, הפסיכולוגים והיועצים הרפרנטים לנושא, עושים עבודה נפלאה בסיועם לאנשי שפ"י בהכנת התלמידים, ההורים והצוות לקראת המסע. בנוסף, הם מובילים סדנאות הכנה ייחודיות למורים המלווים בהשתלמויות הנערכות במכוני השואה ברחבי הארץ. מתחילת שנה זו החלו אנשי שפ"י, בוגרי הקורסים, ללוות את המשלחות הממלכתיות של משרד החינוך והם תורמים את הידע המקצועי לתהליך החינוכי המורכב והמשמעותי שעוברים בני הנוער ומוריהם.

הרבה עיניים קראו את החומרים שנכתבו, נעשתה למידה מהשטח ומההתנסות של יועצים ופסיכולוגים אשר יצאו למסע ו/או ליוו תלמידים בתהליך המסע. תוצרי הכתיבה, המובאים בחוברת זו, הינם הפרי של שיתוף פעולה זה.

תודתנו למנהלת שפ"י, **ד"ר בלהה נוי**, על שתמכה בפיתוח הנושא ואפשרה למקמו על מפת הנושאים הפרופסיונאליים של שפ"י. תודה מיוחדת ל**ג'ודי בן עזרא**, מנהלת אגף ייעוץ בשפ"י, על שהאמינה בנחיצות הרעיון והיתה שותפה ויוצרת בתהליך הפיתוח והכתיבה. תודה ל**נורמן אנטין** על היענותו החיובית ליוזמה, ועל הסיוע וההכרה בחשיבותו.

תודה מיוחדת לחברי הוועדה: **חנה כהן, ראובן אש, הורסיו ליקח, משה אלון, ציפי חורי, ציפי לס, אורנה וינר, יוסי כץ, צילה מנדל, אורלי סרוסי, יפה שפילמן, ציפי שכטמן ורחל זינגר** על מסירותם לנושא, על הידע והחוכמה המקצועית, כל זאת בהתנדבות ובאווירה חברית - תודה מיוחדת והערכה מכל הלב!

תודות מקרב לב ל**יוסי לוי**, מנהל המשלחות, על שפתח לפנינו את האפשרות ללמוד ולבטא את התובנות וההארות שלנו. תודה ל**מוטי מלאכי, לישראל קרצנר** ולכל אנשי מנהלת פולין על שיתוף הפעולה המקצועי והחברי. ואחרון חביב, ל**מתן אשכנזי**, על צילומיו המרגשים והאיכותיים שצילם כתלמיד במסע.

חוברת זו מיועדת ליועצים ולפסיכולוגים, היא מקור להתבוננות רחבה של השותפים, הגלויים והסמויים של המסע - אנשי העדות, המדריכים, ההורים, המורים והחברים שנשארים בארץ ועוד. מתוך כך, כל מי שמתעתדים לצאת למסע יוכלו וודאי להפיק ממנה מידע ותועלת.

בחרנו להציג את מכלול התהליכים אותם עוברים בני הנוער במסע לפולין באמצעות ששה פרקים מרכזיים:

הפרק הראשון מתמקד בתהליכי ההתפתחות המתרחשים בגיל ההתבגרות ושאנו מוצאים אותם כמשפיעים על ההתמודדות עם חוויית המסע לפולין: תהליכי גיבוש הזהות האישית, תהליכים גופניים ודימוי הגוף, ההתפתחות הקוגניטיבית ותהליכי החשיבה, תהליך ההתרחקות מההורים וההתקרבות אל חברת השווים.

הפרק השני מתייחס לגורמים המתווכים את תהליך המסע, והמשפיעים על העיבוד הרגשי והקוגניטיבי של החוויה: שלבים בהיווצרות קבוצה והמשימות האופייניות של המשתתף ושל המדריך או המורה המלווה בכל שלב, השפעת ההדרכה והמסלול על עיצוב החוויה ועוצמתה הרגשית, מרכזיותה של עדות הניצולים ודמותם הבלתי נשכחת עבור בני הנוער, ומקומם של הטקסים ותפקידם בהיבט האנתרופולוגי והפסיכולוגי.

הפרק השלישי מציג תכנית התערבות הכוללת את שלב ההכנה לקראת המסע, במהלך המסע ובעת השיבה הביתה. פרק זה מציג רציונאל לעבודה, עקרונות מנחים, תכנים והצעות לפעילות.

בפרק הרביעי הורחבה סוגיית ההתאמה למסע וניתן פרוט לגבי אוכלוסייה בעלת אפיונים התנהגותיים ורגשיים שיש להפנות אליה תשומת לב מיוחדת.

הפרק החמישי ממקד את תשומת הלב לאותם תלמידים העלולים להיות בסיכון גבוה לפני המסע, במהלכו ואחריו. הפרק מציג עקרונות לאיתור ולזיהוי ובכך מסייע ליועץ ולפסיכולוג בתהליך ההתערבות המניעתית/טיפולית.

הפרק השישי והאחרון מסכם את תרומתנו הייחודית למיטביות התהליך ומאיר את תפקידינו השונים בהקשר למסעות פולין.

אנו בשפ"י רואים בכם שותפים לרעיון ומובילים בהכנת ובליווי המשלחות. עזרתכם חיונית למען הבטחת שלומם הנפשי של משתתפי המסע ולצורך העמקת ההבנות והתובנות שיפיקו מהמסע לפולין לקראת מסעם לחיים.

בברכת מסע מוצלח, מעניין ומשמעותי!

מיכל לב	**חנה שדמי**	**ג'ודי בן עזרא**
מדריכת שפ"י לנושא השואה	מנהלת אגף סיוע ומניעה בשפ"י	מנהלת אגף ייעוץ בשפ"י

המסע לפולין

פתח דבר

מ ס ע ש ל א ד ם ב ע ק ב ו ת ב נ י א ד ם . . .

המסע לפולין מסע של אדם בעקבות בני אדם...

התלמידים והמבוגרים היוצאים לפולין עוברים בשבוע המוגדר מספר מסעות החוצים זמנים ומקומות.
לצד המסע שתחום בזמן ובתכנית מובנית הכוללת ביקורים באתרים שונים המנציחים את זיכרון השואה, נפתחים מסעות נוספים, שלכל אחד מהם משמעות ייחודית לעיצוב זהותו של האדם המשתתף במסע. מסעות אישיים כאלה אינם מוגדרים בזמן ובמקום, והם בבחינת מסע לחיים.
לכל אחד מהמסעות תפקיד משמעותי בהבנת האדם. במהותו המסע לפולין הוא מסע של אדם בעקבות בני אדם.

כל אחד ממסעות אלה יכול להיות ציר מארגן לסיפור המסע. כל אחד מהמסעות מעלה בפני העובר אותו שאלות ופותח בפניו צוהר לתהיות ולשאלות קיומיות - שאלות שונות על זהותו כאדם, כבן ללאום היהודי, כבן תרבות, כישראלי, כאיש משפחה, כחבר, כמתבגר. בין המסעות השונים מתפתחות זיקות. לעתים הן בוראות מסעות חדשים, לעתים המפגש ביניהם יוצר הקשרים חדשים המעמיקים את התובנה האישית. לעתים המסעות מובילים לקטבים שונים היוצרים דיסוננס, ולעתים הם משלימים זה את זה ויוצרים תחושה של שלמות.
חוברת זו היא תולדה של הקשבה לאופנים השונים בהם מסופר המסע על ידי משתתפיו השונים: תלמידים, מורים מלווים והורים. סיפורים אלה מציגים חוויות שונות, משמעויות שונות ותובנות שונות שאנשים גילו במסע. לימוד שונה מתרחש בהכנה למסע, במהלכו ולאחריו .
להלן דוגמאות שונות למסעות הרבים שמזמן המסע לפולין.

מסע אל האנושיות

המסע לפולין מפגיש את המשתתפים עם מורכבותו של האדם, והוא מציב שאלות נוקבות על האור ועל החושך שנגלים באדם. במהלכו מתקיים מפגש עם הרוע בקיצוניותו ועם הכאב והסבל שהוא גורם. המסע מפגיש עם סיפורי גבורה, סיפורי התמודדות עם מצבים בלתי אפשריים ועם גילויים אנושיים של חמלה, של עזרה, של נתינה ושל התעלות.
המסע מפגיש עם דילמות אנושיות, עם התלבטויות, עם החלטות, עם רגשות, ועם התנהגויות של ילדים ונוער, מבוגרים וזקנים בשואה. עם סיפורים של אנשים פרטיים, של משפחות, של קבוצות ושל קהילות.

מסע ההתבגרות

עבור רוב המשתתפים מתרחש המסע בגיל ההתבגרות. הבניית הזהות האישית היא מהמשימות המרכזיות של ההתבגרות. המסע מפגיש את המתבגרים עם שאלות של זהות אישית: מי אני? איך הייתי מגיב/ה במצבים ובדילמות שאיתם התמודדו האנשים בשואה? איזה אדם אני? מה מקומו של הרוע והחמלה בחיי? וכו'
התבגרות איננה רק סוגייה של גיל, מאחר שבכל גיל מתמודדים עם פיתוח הזהות האישית. ההתבגרות כוללת תובנה אודות מיקומה של השואה בפיתוח הזהות האישית שלנו כיהודים, כישראלים בארץ: כיצד היא עיצבה את זהותנו? כיצד היא עיצבה

את תדמיתנו בעינינו ובעיני אחרים? עם אלו רגשות היא מפגישה אותנו? מה מקומו של הפחד, החשד, והצורך להיות חזק בחיינו? ואיך הוא משפיע על הקשרים שלנו עם לאומים שונים?

המסע לפולין - חקירתו של מושג החוסן

המסע לפולין מפגיש את המשתתפים בו עם סיפורים של מצבי לחץ, של אובדן ושל מוות ועם סיפורי הישרדות.

ההתמודדות עם חווית המסע מאפשרת גילוי כוחות אישיים ופיתוח סגנונות התמודדות. באמצעות המסע לפולין מתוודעים המשתתפים למושג החוסן של האנשים בשואה ולמושג החוסן שלהם ושל חבריהם כפי שבא לידי ביטוי במהלך המסע.

מסע היסטורי, מסע של זהות יהודית

המסע לפולין מפגיש את המשתתפים באופן חווייתי עם ההיסטוריה של העם היהודי באירופה לפני מלחמת העולם השנייה ובמהלכה. המפגש עם שרידי הקהילה היהודית, עם העיירה היהודית, עם אורח חייהם של היהודים, עם מקומה של האמונה ושל הדת היהודית בחייהם הוא ייחודי, בלתי אמצעי, אינטנסיבי ואותנטי. מושגים היסטוריים כמו גזענות, אנטישמיות, אידיאולוגיה ונאציזם נלמדים באופן חוויתי.

הניסיון להשמדת העם היהודי מזמן דיון בשאלות רבות על הזהות היהודית ובשאלת החשיבות של שמירת הזהות היהודית.

שער הכניסה למחנה בירקנאו

מסע של זיכרון והנצחה

ביקור בגטאות ובמחנות ההשמדה הוא מסע של הנצחה ושל זיכרון. הזיכרון מעוצב באמצעות הביקור באתרי מחנות הריכוז וההשמדה. במקומות אלה שומעים על הסבל, הכאב והתלאות של אנשים שעברו את השואה, צופים ומשתתפים בטקסי הזיכרון וחווים חוויה רב חושית של מראות השואה.

דרך הזיכרון האישי ודרך הזיכרון הקבוצתי מספרים ומנסחים המשתתפים את העבר. הזיכרון מעורר שאלות ומחשבות לגבי פיתוח ערנות לנוכח סכנות אפשריות האורבות לנו בהווה ובעתיד.

המסע כשליחות

למשתתפים במסעות ניתנת הזכות לשמוע על השואה מפי עדים שחוו אותה, הניצולים. זהו דור שהולך ונעלם. לצעירים המבקרים בפולין והשומעים את העדויות יש תחושה של שליחות. הם אלה שיעבירו סיפורים אלו לדור שלא יפגוש עוד את העדים.

היותם הוכחה לכישלון של הגרמנים להשמיד את העם היהודי מעצימה את תחושת השליחות. לא פחות חשובה מכך היא השליחות של כל אחד מהמשתתפים להבטיח לא לאפשר לרוע כזה לעלות שוב, לא להישאר אדיש לכאב ולסבל ולפעול כדי להבטיח עולם טוב יותר.

מסע של פרטים ושל קבוצה

כל המשתתפים יוצאים בו זמנית למסע אישי משלהם כפרטים ולמסע שמתרחש בקבוצה שהתאגדה לצאת למסע. המשתתפים במסע מתוודעים למקומה של התמיכה הקבוצתית בהתמודדות עם קשיי המסע ולמקומן של השיחות הקבוצתיות בהבנת פרספקטיבות שונות על השואה ולקחיה.

מסע בין זמנים עבר - הווה - עתיד

המסע אל העבר מציב שאלות מורכבות על ההווה ועל העתיד. הוא מציב שאלות נוקבות, כמו: מי אני הולך להיות? מה אני הולך לשנות בסביבתי?

המסע החיצוני מתחיל משלב ההכנה ומסתיים עם הנחיתה. לעומת זאת המסע הפנימי מתחיל עם הנחיתה והוא מלווה אותנו לכל החיים.

המסע לפולין

פרק 1

מסע ההתבגרות והמסע לפולין

רגע של רקע

משרד החינוך קבע את גיל כיתה י"א או כיתה י"ב כגיל בו יוצאים בני הנוער למסע בעקבות השואה לפולין. מסע זה מתרחש בתקופה התפתחותית מיוחדת - גיל ההתבגרות.

איך משתלבים להם המסע ותהליך ההתבגרות? איפה הם תומכים זה בזה ואיפה הם משבשים זה את זה?

נקודות לחשירה וחקירה

- חשבו על המתבגר שלכם היוצא למסע לפולין או נסו לחשוב על עצמכם יוצאים בגיל ההתבגרות למסע שכזה...
- נסו להתחבר לחוויית המסע ולחוויית ההתבגרות גם יחד, והעלו קושי כלשהו של המתבגר או שלכם כמתבגרים, במסע כזה לפולין...

המסע לפולין - מסע או משא?

אחת הדילמות הקשורות למסע לפולין עוסקת בסכנת ההשתתפות במסע בגיל ההתבגרות והפיכת המסע למשא. מדי פעם עולים קולותיהם של המתנגדים למסעות, הטוענים כי מדובר ב"מסעות דיכאון", וכי בני הנוער החיים בארץ עוברים ממילא התמודדויות קשות מנשוא ואין צורך להעמיס עליהם משא נוסף. טיעונם הקשה ביותר של המתנגדים למסעות קושר את גיל ההתבגרות, בו האישיות אינה מגובשת דיה, עם נזקים נפשיים אפשריים. לדבריהם, מסוכן להעמיד בני נוער מול התמודדויות רגשיות בעלות עוצמה כזו, שאין ביטחון לגבי הצלחת כל פרט ופרט לעבור אותן ביעילות.

בניגוד להם חלקים גדולים בציבור, ובמיוחד מי שהשתתפו במסע אחד לפחות, מצדדים בקיומם של מסעות בני הנוער לפולין. טענתם היא, כי רק באמצעות המסע ניתן להעביר את המסר לדורות הבאים. חיזוק לטענתם נשמע גם ע"י חלק מציבור הניצולים: "רק ע"י המסעות נוכל להישאר ערניים ולמנוע שואה נוספת. רק כך יוכלו בני הנוער בארץ להבין קמצוץ ממה שקרה בשואה". ואכן, המסע לפולין מהווה בדרך כלל חוויה חזקה עבור משתתפיו בכלל ועבור המתבגרים בפרט. מדובר בחוויה שבכוחה לזעזע רגשית ושכלית, וכך זאת יש בכוחה להביא לשינוי עמדות.

בגיל ההתבגרות, בתקופה בה בני הנוער מחפשים ומעצבים את עמדותיהם כלפי נושאים ערכיים, מוסריים, מדיניים, דתיים, עדתיים וכו' מהווה חוויית המסע חוויה בעלת משמעות שיש לתת עליה את הדעת. בני הנוער מדווחים כי המסע משפיע על חיזוק זהותם

הישראלית, על עלייה בהערכת כל מה שנחשב עד כה כ"מובן מאליו" הן מבחינה חומרית, הן מבחינה ערכית והן בקשרי המשפחה.

מרבית בני הנוער מצליחים להתמודד עם חוויית המסע באופן יעיל, ואף מזהים את החוויה כמעצימה וכמצמיחה להמשך חייהם, אך לעיתים מהווה המסע גם מאיץ של בעיות קיימות.

כתובת יזכור בביתן 27 באושוויץ

גיל ההתבגרות והמסע לפולין

מסע בני הנוער לפולין מתרחש בגיל ההתבגרות. עובדה זו מחייבת הבנת משמעויות המסע והשואה במשולב עם תהליכים התפתחותיים של גיל זה. בתקופה זאת עובר המתבגר שינויים חשובים במספר תחומים:

א. תהליכים תוך אישיים.

ב. תהליכים גופניים.

ג. תהליכים קוגניטיביים.

ד. תהליכים חברתיים בקבוצת השווים.

ה. תהליכים משפחתיים.

בחמשת התחומים הללו מתחוללים שינויים ומשברים, לצד צמיחה, עניין ואתגרים. אלה מסייעים למתבגרים לבצע את המעבר מתקופת הילדות לתקופת הבגרות, מתלות לעצמאות ועוד. מכיוון שהמסע לפולין מתרחש על רקע זה, יש מקום להבהיר כל תחום ולבדוק כיצד משתלב המסע עם תהליכים אלו. בהתאם לקשיי הגיל המלצנו המלצות בכל תחום. ההמלצות נובעות מיציאת המתבגר למסע זה.

א. תהליכים תוך אישיים

תקופת ההתבגרות מאופיינת בהתעצמות תהליכים תוך אישיים: בחלקם הם תהליכים נפשיים הקשורים בגיבוש הזהות האישית על ממדיה השונים (זהות עצמית, פיזית, מינית, חברתית, לאומית), בחלקם הם תולדה של התגברות דחפים פנימיים,

לעיתים בעלי איכות קונפליקטואלית. המתבגרים חשופים למרבית התהליכים הפנימיים, ותובעים מעצמם ונתבעים על ידי סביבתם לווסת את הביטוי החיצוני למה שמתרחש בתוכם. היקף השנויים, עוצמתם והמאמץ לוויסות הדחפים והרגשות מביא לשימוש מוגבר במנגנוני הגנה. השימוש במנגנוני הגנה בא למנוע הצפה ובלבול.

מנגנוני ההגנה המופעלים יופיעו בדמות רציונליזציה, בידוד, הכחשה, הימנעות, אידיאליזציה, הומור, טשטוש עצמי במרחב הקבוצתי ועוד. ביטוי נוסף לתהליכים התוך אישיים הוא הופעת מצבי רוח שונים והמעבר החד ביניהם. מצבי הרוח דווקא מעידים על מודעות המתבגרים וחבירתם לקורה בתוכם, תוך מתן ביטוי לצדדים השונים של החוויה, אם כי בשלב זה, בהיעדר לעיתים תחושת הרצף, עדיין לא באיכות אינטגרטיבית. כל זה מתבטא באי יציבות מסוימת.

למנגנון הגנה אחד יש לשים לב במיוחד אצל המתבגרים בכלל ובמסע לפולין בפרט, זהו מנגנון החצייה (ספליט). המפעיל מנגנון הגנה זה איננו יכול להכילו בתוכו ולהכיר בעצמו שגם הוא נושא תכנים המוערכים כשליליים, רעים, תוקפניים. מנגנון שכזה יכול להתעורר גם כתוצאה ממפגש עם כאב של האחר, ממפגש עם הכאב האישי, עקב התעוררות רגשות אשמה או תוקפנות. פועל יוצא של קושי זה הוא השלכת התכנים הקשים מנשוא על אובייקט בסביבה המזוהה כרע, כתוקפן, כאשם. המסע לפולין טעון במפגש עם הרוע בשיא התגלמותו בעבר הלא רחוק. הרוע, הרשע והכעס יכולים להציף ואז מתבקש מוצא לתחושות אלו. במצב אופטימלי ייעשה עיבוד והרגשות והמחשבות יישארו בתוך הפרט, בקבוצה או בין המתבגרים למבוגרים המלווים. במצב של קושי בעיבוד ובהכלה יתועלו רגשות שונים לתוקפנות כלפי "האחר": פולנים מקומיים, ערבים, דמות שונה חריגה בקבוצה, או התנהגויות אחרות שיטשטשו את התחושות הפנימיות, כמו שקרה בעבר: השתכרות, הימורים, הזמנת חשפניות ועוד.

תהליכים פנימיים, כפי שתוארו לעיל, מתרחשים בתחום התקין, כאשר לא קיים עבר טראומטי וכאשר ההווה הוא תקין. כדי שתהליכים אלו יתרחשו בגבולות הסביר, ולא יטלטלו יתר על המידה את הנערות והנערים, נדרשות גם מערכות תמיכה של קבוצת השווים ושל המבוגרים המשמעותיים בחיי המתבגרים.

במהלך המסע לפולין ניתן לקיים את התנאים התומכים והנדרשים בדמות קבוצת השווים, המצויה במבנה הקבוצתי של המשלחות. כמו כן בפולין נמצאים מבוגרים מלווים, מורים ומדריכים, אשר אמורים לשמש גם הם כגורם תומך ומלווה ברמה אישית וקבוצתית.

ב. תהליכים גופניים

מבחינה גופנית, מרבית המתבגרים בגיל המסע מפותחים גופנית והם בעלי חוסן פיזי כמבוגרים. רובם ככולם יוכלו לעמוד בתלאות הקור, ההליכה, תנאי תזונה השונים מהבית ועוד. נושא התפתחות דימוי הגוף, הקשור לזהות המינית, נמצא בעיצומו. כמו בתחומים נוספים, קיים פער בין מצבו ובשלותו הפיזית של הגוף לבין דימוי הגוף, שהוא עדיין אינו יציב ובלתי מוגדר דיו. סביר שבמהלך המסע יהיו בני הנוער עסוקים מאוד במראם החיצוני, בהופעתם, וישקיעו בכך מאמצים, זמן וכוחות לנוכח המפגש הבין אישי והבין מיני במסע. נושא ההופעה החיצונית יתפוס היקף נרחב. המורים המלווים אמורים להיות מודעים להתנהגויות אלו. מאידך, יש להיות ערים ולהגיב לחריגות (לבוש לא תואם את מזג האוויר ואת המעמד). בהקשר לגוף יש להיות ערים לתופעות סומטיות, דהיינו: ייתכן ודברים לא ייאמרו במלים, אך הגוף ידבר. הגוף "יאמר" את מצוקת המתבגרים, את חרדתם, את חששותיהם, את הקושי לעמוד מול מקור הפחד. תיתכנה תופעות של כאבים באזורי גוף שונים, הימנעות מאכילה, תלונות על קשיים בשינה ועוד. התגובה הראשונית היא בירור מקור הסימפטומים ובדיקה

רפואית, אך יש לעקוב אחר התפתחות התופעות-תלונות. לאחר שלילת מצב רפואי כמקור הקושי יש להיות ער, רגיש וזמין לנער/ה, ובמידת הצורך - להתייעץ עם איש שפ"י - יועץ או פסיכולוג או עם אנשי החינוך המלווים את המסע, כדי לקבל תמונה מלאה על המימד הרגשי של התופעות.

ידוע על התגברות דחפים כמו מין בגיל ההתבגרות. המסע האינטנסיבי, המלווה בשהייה מרובה במרחב, במקום ובזמן משותף לשני המינים, יכול לשמש כמעורר בתחום המיני. נראה שלא מעט מהמשתתפים מנצלים הזדמנויות הנקרות בדרכם במסע למהלכים לגיטימיים של חיזורים וחברויות, אולם עלולות להתעורר התנהגויות חריגות הקשורות למין, ולעיתים בחיבור לתוקפנות, אם תהיה התרופפות המסגרת. במספר מסעות לפולין בעבר נודע על ערבי בילוי של זימון חשפניות לחדרי הנערים והנערות. התנהגות שכזו משקפת שימוש במנגנון היפוך תגובה (Reaction Formation) לחוויות המוות והדיכאון במסע, אך גם אפשרית מאוד עם מתבגרים ודחפיהם המתעצמים ובעיקר כאשר המבוגרים לא מציבים גבולות מתאימים.

בני נוער מקשיבים לסיפורו של ניצול שואה, איש העדות

ג. תהליכים קוגניטיביים

פיאז'ה מקשר בין ההתפתחות וההסתגלות הקוגניטיבית לבין תהליכי החשיבה מעבר להווה של המתבגר ויכולת הניתוח שלו.

המתבגרים, המשתתפים במסע לפולין, נמצאים בשלב של בשלות אינטלקטואלית, הם מתעניינים יותר בנושאים פילוסופים וחברתיים, בעלי יכולת חדשה לפתרון בעיות, ומסוגלים לקלוט את מושג הזמן. יכולתם הלוגית מפותחת בגיל זה, ונכונותם להתמודד עם בעיות מורכבות מאפשרות חשיבה בוגרת ומאוזנת. בגיל ההתבגרות מתרחש תהליך של הבשלת הכשרים הקוגניטיביים ומתגבשת תפיסת מימד הזמן. בתקופת ההתבגרות מושגי מקום וזמן ניתנים להבנה ברמות שונות מקונקרטיות ועד להפשטה. בתקופה זו העבר הופך משמעותי יותר ואירועים היסטוריים נעשים מובנים על הרצף הכרונולוגי שלהם. המתבגר מגבש עמדה לגבי העבר ואף מוסיף גם את ההווה והעתיד שלו, תוך שימוש בכשרים הקוגניטיביים שיש לו.

בתקופה זו חלה צמיחה בשטחים שונים: שיפוט, זיכרון, היגיון, אמפתיה, מודעות עצמית, הבחנה בין מציאות ודמיון והבחנה בין פעילות לחשיבה.

ככלל, יש ביכולתם של המתבגרים להבין את השואה על רצף ההיסטוריה הכללית והיהודית ובאפשרותם להתמודד עם הנושא המורכב.

ד. תהליכים חברתיים בקבוצות השווים

אחד ממאפייני גיל ההתבגרות הוא תהליך ההתרחקות מההורים וההתקרבות אל קבוצת השווים. קבוצת הגיל חשובה מאוד למתבגרים, מאחר ובאמצעותה הם מבצעים את תהליך ההיפרדות מההורים. חברי הקבוצה ממלאים זמנית את החלל שמתחיל להתהוות כתוצאה מההוצאה ההדרגתית של ההורים. קבוצת השווים מספקת למתבגרים את התמיכה, בהיותה מורכבת מחברים שמצבם דומה. הקבוצה יכולה לסייע בפתרון קונפליקטים, במתן תמיכה, בהצבת גבולות, בחיזוק ערכים ובמתן ביטחון. כדי לעצב זהות תקינה שואף המתבגר לבסס תחושה פנימית משמעותית של השתייכות לקבוצת הגיל. כל מתבגר ומתבגרת זקוקים לפעילות גומלין חיובית בקבוצה כדי לפתח תחושה של זהות, הערכה עצמית, חיזוק האני, עקביות אישית ותחושת שליטה. באמצעות "האחר" והקבוצה בודקים המתבגרים את זהותם ומגבשים אותה, מגבירים את תהליכי ההיפרדות מהוריהם והאינדיבידואציה האישית.

אריקסון הדגיש את השנים בהן אנו עוסקים כשנים חשובות לגיבוש הזהות האישית של המתבגרים. קבוצת השווים מסייעת לתהליכים אלו בתמיכה המוענקת לחבריה, באפשרות להשוואה חברתית, בשמשה כראי, כמצפן חברתי, ובכך שמאפשרת רכישת סטטוס, כוח וסמכות וכמו כן משמשת כאב טיפוס לקשרים בעתיד.

במהלך המסע לפולין מתרחשים תהליכים קבוצתיים ויחסי פרט-קבוצה וקבוצה-פרט בעוצמות גבוהות. תחושת המטרה המשותפת, והצורך בהתמודדות עם המידע והמראות במסע יוצרים קשר והווי ייחודיים, המגבשים את הקבוצה גם לאחר המסע, כקבוצה נבדלת בחיי ביה"ס.

ככל שחולפות השנים המימד החברתי של המסע מקבל היקפים ועוצמות רבים יותר. הבחירה לצאת למסע והציפייה למסע מוזנות מאוד מהמימד החברתי שבו ולא פחות ממימד המפגש עם השואה. הבחירה לצאת למסע מושפעת גם מהמשתתפים האחרים, מהרכב המתבגרים בקבוצה, אתם "יבלו" בנסיעות הארוכות באוטובוס, השותף/ה שיבחר ללינת לילה, לבילוי בזמן החופשי ועוד. המרכיב הבין מיני, שהוזכר לעיל יכול גם להשפיע על ההחלטה לצאת ועל ההתנהגות במסע. יש להניח שבמהלך המסע יעסקו רבים בשאלות: כיצד הם נראים? עד כמה מקבלים אותם במהלך המסע? את תגובותיהם? במה יוכלו להשפיע? ועוד. מכאן, שיש להיות ערים למימד החברתי, למימד הכיף שבמסע, ולתת גם לו לגיטימציה. יחד עם זאת, יש לזכור כי בהדגשת יתר של המרכיב הקבוצתי מתבצע מהלך של "הסוואה", דהיינו שימוש "מתוכנן" ולא מודע בקבוצה, להקטנת המפגש עם מראות השואה, להגברת השליטה העצמית דרך הצגת החוויה החברתית כחשובה מאוד וכן לוויסות הרגשות המתעוררים.

הקבוצה היא המשאב החשוב ביותר במסע. משאב זה במיטבו הופך את המסע לבטוח יחסית בתנאים טובים ללמידה והתפתחות. כאשר במשאב הקבוצתי מתרחשים תהליכים מקשים, עלולים להיפגע מהם חבריה ולהיחשף עוד יותר לקשיים המתעוררים מעצם המפגש עם השואה.

קבוצת השווים הפועלת במיטבה מכילה בתוכה את כל חבריה, על אף השונות הרבה הקיימת ביניהם. במצב שכזה כל מתבגר מרגיש חלק משלם, כמרכיב משמעותי בו, וכך יכול לחוות את עצמו כשלם.

כפועל יוצא מכך, יש למבוגרים המלווים תפקיד חשוב בסיוע לתהליכים המתרחשים בקבוצה, כגון

במצבי קונפליקט בתוך הקבוצה ובין חבריה, שאותם יש לאפשר תוך חיפוש דרכי פתרון. כאשר מצוי בקבוצה אחד או יותר ה"מסומנים" כשונים וישנה סכנה של בידודם ו/או נידויים, על המבוגרים לעשות כל מאמץ לשלבם, תוך הסתייעות בגורמים חיוביים בקבוצה.

המסע לפולין אינו הזדמנות לשנוי התנהגויות. עדיף למצוא דרך לשלב ולהכיל את כולם ולא בהכרח להיאבק ולהתעמת לשם יצירת שינוי התנהגותי בהזדמנות זו, דווקא.

ה. תהליכים משפחתיים

אחד התהליכים החשובים בגיל ההתבגרות הוא תהליך האינדיבידואליזציה של המתבגרים: הדגשת הייחודיות שלהם, הנפרדות שלהם מסביבתם, בעיקר ממשפחתם. מהלך זה מלווה לעיתים בכאב, בעימות, באיום, בחשש ובחרדה. המתבגרים נזקקים למבוגרים בסביבתם כדי להשלים את התהליכים הנ"ל. הם נזקקים לעיתים לבצע מהלכים חיצוניים כדי לתת ביטוי למשאלתם להיות נפרדים, עצמאיים. מהלכים חיצוניים אלו משקפים לעיתים את עוצמת המאבק המתחולל בתוכם פנימה ברצותם למגר את הכוחות המשמרים את תלותם.

ניתן לראות במתבגרים הנוסעים לפולין כמבצעים מהלך עצמאי, אוטונומי, ובמובן מסוים הרואי. הם הולכים מרצון (אם כי ברשות הוריהם...) לפגוש ולראות את מראות השואה במו עיניהם, הם יתייצבו במקום התופת. כל זה ייעשה על ידם, כאשר הוריהם מלווים מאחור, כשמרביתם של ההורים לא היו בפולין ולא יהיו. ההליכה לשם, לעיתים, יוצרת חוויה שפירושה עבור מרבית המשתתפים ללכת למקום המפחיד ולגלות בעצמם את היכולת הנפשית להתמודד עם זה, בלא תמיכה ישירה של ההורים.

בנושא ההיפרדות והנסיעה לפולין יש מהלך פרדוכסלי: הנסיעה מתרחשת ללא ההורים, עם קבוצת השווים, אבל דווקא שם, במרחק, במקומות הקשים, המפחידים, מתבצע תהליך של התחזקות הקשר למשפחה ולעם. מעין מהלך של התבגרות והכרה בשייכויות השונות מתוך בחירה אישית של כל אחד ואחת.

מכאן שהמסע לפולין יכול בהחלט להשתלב בתהליכי הגברת האינדיבידואליזציה של המתבגרים, העצמת האוטונומיה שלהם, הגדלת המרחק, במובן החיובי, מההורים. שוב, כדי לבצע תהליכים אלו כראוי במסע, נזקקים המתבגרים לחבריהם, למוריהם, למדריכיהם ולברכת הדרך של הוריהם.

מימד נוסף של המסע לפולין קשור לנושא הפוסט-טראומה. חווית השואה עבור הניצולים והדורות הבאים אחריהם היא חוויה פוסט-טראומטית. נושא השואה הוא קשה גם עבור אלו שלא בהכרח הייתה להם נגיעה ישירה ואיום ישיר בתקופת השואה. רצח של שישה מיליוני יהודים והאיום של השמדת העם כולו על תרבותו מהווה עדיין פרק קשה ביותר במהלך ההתפתחות שלנו כעם. מכאן המימד הפוסט-טראומטי. סיפור השואה טרם השתלב בנרטיב של העם היהודי כחלק אינטגרטיבי. המסע לפולין עבור בני נוער משמש הזדמנות להתקרב לנושא ולעבד מעט את איכויותיו הפוסט-טראומטיות. בני הנוער מאפשרים לעצמם לחוש את האימה, המוות, החורבן, ומנסים להתמודד הן עם החרדות המתעוררות מתוך הזדהות והן לעמוד מול דילמות רבות שיכולות להתעורר במסע כזה סביב: שייכות, זהות, דת, אופי האדם, תכלית החיים ועוד. במובן זה יש משהו מרפא במסע ביכולתו לסייע מעט לבני הנוער וגם למבוגרים הקשורים אליהם להכיל את מוראות השואה. המתבגרים הם מעין שליחים של הדורות המבוגרים יותר: הם מבצעים עבור הדורות והמשפחות שליחות, גשר של התחברות מן הנורא לעבר המשכיות רצף החיים.

סיכום

המערכות ההתפתחותיות של המתבגרים מצויות בשלב בשלות טוב ויש להם הכוחות והיכולות להתמודד עם תוכני השואה והשלכותיהם הרגשיות. בעת המסע ולפניו מצויות מערכות תמיכה הולמות, אשר מאפשרות את התנאים ההכרחיים לניהול ולהובלה נכונים של המסע שיביאו לגדילה כתוצאה ממנו. המסע לפולין, בניהול נכון, יכול להוות אף נדבך חשוב בהתפתחות המשתתפים בו. היוצאים למסע רובם ככולם מצוידים במוטיבציה הראויה להתמודד עם התחנות השונות במסע. קבוצת השווים הנמצאת עימם והמורים המלווים אותם הם מקור לסיוע ולתמיכה בשלבי ההכנה, בעת המסע ובשלב הסגירה לאחר המסע.

המסע לפולין איננו "מסע של דיכאון", כאב ובכי בעיקרו. המסע לפולין מייצג את החיים במלואם: הקיצוניות של הרוע לעומת הטוב והמוכר למשתתפים מחייהם, העבר והעתיד, המפגש עם הזר והמוכר, מסע של יחיד ורבים, למידת המעברים בחיים, ועוד. על כן יש לתת לגיטימציה לאירועי חיים להשתלב באופן ספונטני במסע כמו: חגיגת ימי הולדת, קבלת שבת, מפגש עם נוער מקומי, מפגש עם פולין הלא יהודית ואפילו קניות ועוד.

אין בכוונתם של הדברים המובאים לעיל לומר שגיל ההתבגרות הוא הגיל האידיאלי לקיום המסע, אולם מאחר והסיכוי לנסיעה שכזו בגיל מאוחר יותר הוא קטן מאוד, הרי קיום המסע בכיתות י"א - י"ב מתרחש בתקופה בה קיימת בשלות להשגת מטרות המסע.

מבט בין גדרות התייל בבירקנאו-אושוויץ

המסע לפולין

פרק 2

גורמים מתווכים של חוויית המסע לפולין

א. המשלחת כמערכת ארגונית

ב. היוצאים למסע והתהליך הקבוצתי

ג. ההדרכה והמסלול והשפעתם על מרכיבי הרגש

ד. "להיות העדים של העדות" - שילובם של אנשי עדות במסע לפולין.

ה. הטקסים במסע לפולין

א. המשלחת כמערכת ארגונית

המשלחת לפולין היא ארגון, וכזה חלים עליה תהליכים מערכתיים. ראיית המשלחת כארגון – כמערכת - יכולה להקל מאוד על אנשי שפ"י בהבנת התהליכים ובהגדרת מקומם במערכת כדי שיהיו גורם מסייע הן ברובד הפרטני והן ברובד המערכתי, כפי שהם פועלים בביה"ס.

כמו בארגון, בנויה המשלחת מתפקידים ומבעלי תפקידים המסייעים להתנהלותה:

מנהל המשלחת האחראי על תפקודה. לעיתים יש לו סגן הממוקם באוטובוס נוסף. הקבוצות מחולקות לאוטובוסים, והן משולות לכיתות שלהן מורים מלווים כמחנכים. המדריכים, המשולים ל"מורים המקצועיים", הם דמויות חשובות ביותר במסע. במשלחת כלולים רופא ופסיכולוג/ית או יועץ/ת, אם צורפו.

המשלחת מתהווה כארגון וכמערכת מרגע שהיא נבנית ומוגדרת. הנורמות שלה מתעצבות בטרם היציאה למסע. חלק מהנורמות הנוצרות ניזונות מהעבר של התלמידים כפרטים וכקבוצות אוטנטיות. גיבוש המשלחת וקבוצותיה ממשיך להתהוות במפגשי המשלחת ובתוך המסע.

מוצע לראות אירועים המתרחשים לפני המסע ובמהלכו גם בראייה מערכתית, בנוסף לראייה האישית. ייתכן שהם משקפים תהליכים בתת-קבוצות או במשלחת כולה כמערכת.

הרכיב המבנה את המשלחות לפולין כארגון הוא הרכיב הערכי. הוא קושר את כל הרכיבים האחרים: מבנה המשלחת, סגנונות הניהול וההדרכה, קשרים בין המלווים, בין המדריכים, קשרים בין קבוצות, בין הקבוצה למלווים, למדריכים, לאנשי העדות....

ערכים הם גם גורם המעצב את הידע המוקנה לתלמידים והנוצר בעת המסע, את הרגשות המתעוררים בעת החוויה ובעקבותיה ואת ההתנהגות המבטאת את התהליכים התוך אישיים, הבין אישיים והמערכתיים...

ב. היוצאים למסע והתהליך הקבוצתי

קיימות קבוצות מסוגים שונים, כגון: משימתיות, חינוכיות, ייעוציות וטיפוליות. לכל קבוצה חיים משלה והתפתחות משלה. אי אפשר לשנות את שלבי ההתפתחות של הקבוצה או להקדים את המאוחר. הקבוצה מאופיינת במאבקי שליטה וכוח, ונוצרות בה נורמות הדומות לנורמות של החברה. מעבר לכך, בכל קבוצה נוצרים תהליכים של צמיחת מנהיג/כמה מנהיגים, שעיר לעזאזל וקיים בתוכה הרוב הדומם.

נשאף לבנות את המשלחת לפולין כקבוצה בעלת כוחות חברתיים חיוביים, קבוצה אשר, בעזרת הכנה וליווי מתאימים, תוכל להיות בעלת אקלים של תמיכה.

שלבים בהיווצרות קבוצה והמשימות האופייניות לכל שלב:

שלב א' - הקמת הקבוצה וגיבושה

בשלב זה נעשה הבירור הראשוני: הקבוצה היא חדשה או שהרכב החברים בה נוצר מכיתות שונות או משילוב של בתי"ס. המשתתפים לומדים את המטרות והמשימות של המסע והקבוצה, השונות מאוד מאלה של ביה"ס. מכאן, שלעיתים תחילתה של הקמת הקבוצה היא למעשה בזמן ההכנות בארץ, עוד לפני היציאה למסע. שלב זה הוא שלב של הסתגלות לסדר היום של המסע, לחברים ולסגל המשלחת. הוא מלווה בלחץ, במבוכה, בחששות ובפרפורי בטן ראשוניים: מה אעשה כאן? האם יקבלו אותי? מה אצטרך לומר/לעשות? יחד עם הקשיים שיוצר המצב הוא מעורר גם סקרנות ועניין, אתגר וכוחות.

תפקיד מלווי הקבוצה (המורה המלווה והמדריך): תפקידם המשמעותי הוא מצד אחד להפחית חרדות, ומצד שני לאתגר את חברי הקבוצה כדי שימשיכו לפעול בה.

על מנת להתחיל את החוויה בצורה בריאה ובונה יש לשבור תחילה את הקרח ולבטל את תחושת הזרות. בשלב השני צריך לפתח שפה רגשית ראשונית, להשתדל להימנע משיחות אינטלקטואליות ולעצב נורמות של הקבוצה ונורמות של תמיכה בפרט.

- על המלווה לדעת כי הפתיחות שלו כלפי הקבוצה מהווה מודלינג לקבוצתו, והיא מעלה את המשמעותיות של החוויה.
- בעת השיח יוכל המנחה להשתמש בחזרה ובשיקוף של דברי המשתתפים על מנת לעקוף אינטלקטואליזציה ורציונליזציה ולנסות לוודא שהמדברים לא יישארו לבדם עם מחשבותיהם ורגשותיהם ושיוכלו לספר מה הם מרגישים וחושבים על המצבים/התהליכים/האירועים המתוארים.
- עיצוב נורמות של תמיכה וכבוד הדדי בקבוצה בשלב זה הוא קריטי - אם לא יתקיימו, תהיה לקבוצה בעיה: החברים יקשו זה על זה, לא תהיה קבלה ולא תוכל להיווצר תמיכה בהמשך. לדוגמא: אם מישהו/י מגיב בגסות או בחוסר רגישות אל משתתף/ת אחר/ת, כמנחים נעצור את הדיון ונבקש לחפש חלופות להעברת המסר, ובכך ליצור אינטראקציה חיובית יותר.

- יצירת הנורמות של הקבוצה נובעת מתוך הצרכים של חברי הקבוצה. אפשר ורצוי ליצור נורמה של כבוד ודיבור חיובי בקבוצה. יש מקום לעודד את התלמידים לשיתוף הדדי בתובנות פנים-אישיות, לאפשר לתלמידים לגעת גם בפחדים וגם בבלבול ובבהלה המתעוררים, כל זאת בתנאים מרביים של ביטחון.

שלב ב' - ההתנגדויות

בשלב זה מעלה הקבוצה התנגדויות לתהליכים המתרחשים בה, התנגדויות למנחה ולמטרות הקבוצה. חברי הקבוצה מבינים את הנדרש מהם כיחידים וכקבוצה. נוצר ארגון עבודה, אך עולים גם קונפליקטים בין אישיים על רקע של מנהיגות, של השפעה ושליטה, ושל הקשיים הנובעים מהעומס הרגשי והפיזי של המסע. ההתנגדויות הן עניין של קצב אישי וכל פרט יביע אותן בזמן אחר ובדרך אחרת.

תפקיד מלווי הקבוצה:

- לסייע להעלות את ההתנגדויות על פני השטח באמצעות מתן אפשרות לכל אחד לדבר בקבוצות קטנות, בפורום של משלחת, בשיחות בלתי פורמאליות במהלך המסע וכדומה.
- ליצור התייחסות להתנגדויות בכובד ראש ובאופן ענייני, תוך מתן לגיטימציה.
- לסייע לקבוצה בהבנת מקור ההתנגדות.

שלב ג' - שלב העבודה/הלמידה והעיבוד הרגשי

הפרט והקבוצה עושים עיבוד קוגניטיבי ורגשי של החוויות שלהם בקבוצה על מנת להגיע לתובנה ואולי גם לשינוי. בשלב זה הכללים ברורים ופותחו מיומנויות המסייעות להתמודדות עם תוכני המסע ומהלכו. הלמידה החווייתית על נושא השואה מתקיימת והיא בעיצומה. גם הלכידות מתגבשת ויש תחושה שהתמיכה ההדדית תורמת להשגת המשימות והמטרות. אווירת ה"יחד" מתחזקת על רקע המראות הקשים, העדויות והסיפורים.

תפקיד מלווי הקבוצה:

- לסייע לפרט לעשות עיבוד קוגניטיבי ורגשי של חוויותיו, להגיע לתובנה ובמידת הצורך לשינוי.
- להפעיל את הקבוצה בתהליך סיוע זה באופן מרבי ולהצביע על חוויות משותפות.
- לזהות חריגויות ולטפל באופן יחידני.

שלב ד' - שלב הפרידה והסיום

בשלב זה מסיימת הקבוצה את חייה ונפרדת מההוויה המשותפת שנוצרה בה, מהמדריך/מהמורה המלווה שלה ונערכת לשלב שאחרי. עוצמת חוויות המסע מחددת את התחושה שנוצר משהו מיוחד, והפרידה מהקבוצה ומהמקום אינם קלים לרוב משתתפי המסעות (גם אם החזרה לחיק המשפחה ולתנאים בבית נראים נעימים). ביטויים לקשר המיוחד לקבוצה ולחוויה העוצמתית באים לידי ביטוי בקשר החם בין החברים שייקראו מעתה "בוגרי המסע" וישמרו בזיכרונם חוויה שרק הם יבינו ויידעו אותה, ובכך יהוו קבוצה נבדלת.

תפקיד המלווים:

- לסייע לקבוצה ולפרטים בה לארגן את חווית המסע ולהתכונן לשלב בו הפרט כבר לא יהיה חלק מהקבוצה.
- לעזור לחברי הקבוצה להיפרד מהחוויה ומהמקום. הסיפורים, המראות, הקשרים והמסע הגיעו לסיומם ויש לערוך פרידה מתוכננת ומדורגת, על מנת להכין את האנשים לחזרתם לשגרה הצפויה.
- חשוב לערוך קישור בין החוויה שעברו לבין החיים שאחרי. כלומר, יצירת זיקה וחיבור בין החוויות והקשיים שעברו במסע לבין המציאות ההמשכית של רצף שגרת החיים. ההתמודדות והחוסן הנפשי שפיתחו במהלך המסע יסייעו להם להתמודד עם בעיות אחרות ביום יום ויעזרו להם להתכונן לקראת סיטואציות טעונות לחץ בעתיד. דרך ההתנסות ילמדו מי הם כבני אדם, כישראלים, כיהודים ויבנו ראייה מחודשת (הרחבה והפעלות נוספות בנושא בפרק "השיבה הביתה").

בהתאם למודל הנ"ל עשוי לחול שינוי בהתנהגות חברי המשלחת. בתחילת המסע התלמידים דרוכים ושקטים. בהמשך הם מתחזקים ומקבלים ביטחון ביכולתם להתמודד.

במקביל להתחזקותם הם עלולים להשמיע, לעיתים, באופן בוטה מחשבות ועמדות משלהם. תגובה חמורה מדי עלולה ליצור התנגשות מיותרת.

אבני הזיכרון לערים, לעיירות ולקהילות בטרבלינקה

לפיכך יש לשים לב לכך ש:

1. תהליך משברי בקבוצה הוא תהליך טבעי וקורה בנקודת זמן מסוימת, בערך באמצע-סוף המסע, לכן אין להיבהל ואסור להילחץ! חשוב לפעול בשיקול דעת, תוך שיתוף אנשי צוות נוספים והתלבטות עמם.
2. הטיפול בהתנגדות/בהתפרצות/בתגובה שאינה הולמת אינו צריך לקבל התייחסות משמעתית נוקשה בלבד, אלא חשוב ללוות את האירוע בשיחות הבהרה ותמיכה, לפי הצורך. ברוב המקרים נגלה שהמניע להתפרצויות היה מקום כואב ופגיע. אין להיעלב מתגובות התלמידים ואין לקחת אותן באופן אישי!
3. תהליך המשבר/ ההתנגדות הקבוצתי הוא מנוף לשינוי ולגיבוש הקבוצה. זהו שלב התפתחותי המוביל למקום טוב יותר. חשוב להתמודד מתוך ידיעת התהליך כולו.

תפוקות של התהליכים הקבוצתיים

רצוי - שהמשתתפים יחושו עצמם כמי שחוו חוויות חיוביות רבות והם מובנים, נחמדים, מלאי תקווה, משוחררים רגשית, מבינים את עצמם טוב יותר, רואים כיווני התנהגות חדשים, מאותגרים, נרגשים ועוד...

אפשרי (ולא רצוי...) - שהמשתתפים יחושו רגשות שליליים: תקועים, מפוחדים, חרדים, חסרי כיוון, לא מובנים, חסרי תגובה רגשית...

לשם כך חשוב שהמלווים יהיו:

- בעלי תגובות תומכות.
- מסוגלים ויודעים לשאול שאלות פתוחות.
- מסוגלים לפתיחות בין-אישית.
- מאתגרים.
- מסוגלים ויודעים לתת מידע.
- מסוגלים להדריך באופן ישיר.

למלווים תפקיד מרכזי בהכוונת הקבוצה.

עליהם להביא את הגירויים הראשוניים, להשתמש במיומנויות טיפוליות ובקידום הדינמיקה הקבוצתית ואף לתת דוגמא אישית. כל זה חשוב בכדי ליצור קבוצה תומכת, שיהיו בה כוחות מחזקים, כמו: תקווה, אוניברסליות, אלטרואיזם, קתרזיס , למידה בין אישית, פיתוח מיומנויות חברתיות ולכידות קבוצתית.

ג. ההדרכה והמסלול והשפעתם על מרכיבי הרגש

מדריכי פולין עוברים הכנה ארוכה ומקיפה, הכוללת ידע, מתודיקה ויישום. המדריכים הם בעלי הידע בנושאי ההדרכה ובהתנהלות המסע. יש להם ניסיון קודם בהתמודדות עם מראות השואה ובעיבוד הקושי הרגשי שנלווה אליהם.

לסגנון ההדרכה ולבחירת סדר האתרים במסלול יש השפעה על עיצוב החוויה ועוצמתה הרגשית עבור המשתתפים במסע. מדריכים שונים נבדלים בסגנונות הדרכה שלהם. אין סגנון הדרכה אחד מועדף. לתלמידים שונים ולמקומות שונים מתאימים סגנונות שונים. נמנה להלן סגנונות הדרכה אותם פגשנו בקבוצות השונות. כל אחד מהסגנונות מדגיש פן אחר של ההדרכה ומעלה דילמות שונות של הדרכה:

סגנון המדגיש העברת ידע היסטורי - מדריכים בסגנון זה מדגישים במסע את ההיבט ההיסטורי של כל אתר ואתר. הסבריהם מדגישים פרטים על מקומות, אנשים, תאריכים, מהלכים היסטוריים. יש לשים לב שהידע הרב המועבר באמצעות ההסברים על תולדות השואה לא יבוא על חשבון החוויה האישית הנחווית במסע.

סגנון המציג את האתרים השונים כדרמה המתרחשת כאן ועכשיו - מדריכים בסגנון זה מנסים להעביר במסע חוויה דרמטית של האירועים. במהלך המסע הם יוצרים אצל התלמידים סימולציות של האירועים. על ידי הפעלת החושים השונים מעניקים המדריכים לתלמידים חוויה אישית דרך התנסות. סגנון זה מגביר את עוצמת החוויה. יש לשים לב שההמחשה איננה מעוררת חרדה אצל חלק מהתלמידים.

סגנון המדגיש את החוויה האנושית בשואה - מדריכים בסגנון זה מדגישים את החוויה האנושית שעוברת לאורך המסע. הם מרבים בסיפורים אישיים, קטעי זיכרונות, דילמות אנושיות. הדגשת הפן האישי-רגשי בהסברים על האתרים השונים מעצימה את החוויה.

בפועל, מדריכים רבים משלבים בין הסגנונות השונים בהדרכתם, הבנת ההשפעה של כל אחד מסגנונות אלו על החוויה הרגשית יכולה לסייע למדריך בבחירת המינון ואופן ההדרכה במהלך המסע.

להלן מספר שיקולים שיש לקחת בתהליך ההדרכה:

- קיום תהליך הכנה לקבוצה, הכולל תיאום ציפיות, היכרות מקדימה עם המשתתפים ועם המורים המלווים. יש מקום להכיר את המוטיבציות והמניעים השונים ליציאה למסע.
- שיתוף המורים המלווים בתהליך ההדרכה על בסיס תיאום ציפיות שנקבעו איתם. תיאום זה חשוב במיוחד בשיחות הערב עם הקבוצה.
- יצירת איזון בין ידע לחוויה רגשית.
- מציאת איזון בין הרצאה לבין יצירת דיאלוג בין המשתתפים.
- בחירת המינון של הסיפורים המזעזעים שאותם מספרים לתלמידים באתרים השונים.
- שימוש בעזרי הדרכה מגוונים הממחישים את חווית השואה והמסייעים לתלמידים להתחבר לחוויה.
- שילוב סיפורי העדות במהלך ההדרכה, תוך מתן כבוד לזווית ההסתכלות של אנשי העדות, גם אם היא אינה תואמת את הפרטים ההיסטוריים המוכרים למדריכים.
- ניצול משתנים בסביבה כדי להמחיש את החוויה: מזג האוויר, עייפות התלמידים, אירועים המתרחשים בקבוצת התלמידים וכד'.
- השארת מרחב למודרכים לחוות ולהרגיש לבדם ללא מילים...

בשל היות המדריכים דמויות מרכזיות במסע, הם יכולים להיות משמעותיים בעיצובה הלא פורמאלי של החוויה עבור תלמידים כפרטים. מכאן, שליחסם כלפי המודרכים, לתגובותיהם ולתמיכתם במהלך ההדרכות וביניהן יש אימפקט בהתפתחות של הקבוצה וחבריה.

לסיכום, מידת המשמעותיות של המדריכים נובעת מיחסי הגומלין עם קבוצתם. תגובה אוהדת של קבוצה מאפשרת הדרכה בטוחה וזורמת, לפיכך חשוב להיות בדיאלוג מתמיד עם הקבוצה ומלוויה.

המסלול והשפעתו על עוצמת החוויה

מסלול המסע כולל ביקור באתרים שונים, אשר להם השפעה על עוצמת התגובה הרגשית של משתתפי המסעות. חלק מהאתרים הם אתרים היסטוריים כלליים, חלקם אתרים המדגישים את החיים של יהדות פולין לפני השואה, וחלקם אתרים הכוללים מחנות ריכוז והשמדה.

באתרים בהם הומתו יהודים בהמוניהם, כגון בורות ההריגה ומחנות ההשמדה התגובה הרגשית של המשתתפים קשה יותר. האווירה המיוחדת הנוצרת במקומות אלה נובעת מבידודם מחיי ההווה (מוזיאונים או מקומות מרוחקים מהעיר), מתוקף האפשרות ללבוש חולצות משלחת ולשאת דגלי ישראל, ובשל הטקסים הנערכים בהם.

יש חשיבות רבה בבחירת הסדר של הביקור באתרים הן לגבי עוצמת החוויה שהם יוצרים אצל התלמידים והן משיקולי וויסות העוצמה והקושי של הביקור באתרים השונים.

שיקולי דעת בבחירת המסלול:

- שילוב של אתרים קלים יותר עם אתרים קשים לביקור.
- יצירת הדרגה בעוצמת החוויה.
- בסמוך לאתרים הקשים יותר לביקור יש לתכנן שיחות קבוצה.

בכל מסע נרקמת חוויה שונה וקשה לשער מראש כיצד ישפיע אתר מסוים ומיקומו במהלך ימי המסע על החוויה הרגשית. כך לדוגמא, יכול ביקור בטרבלינקה להוות שיא רגשי לקבוצה אחת, בעוד שלאחרת תהיה זו חוויה פחות משמעותית בעת התרחשותה, על אף שתהווה נדבך חשוב בתהליך הרגשי המצטבר. זאת ועוד, הביקור במאידנק בסוף המסע יכול לתת מימד אחר לעומת ביקור באתר זה בתחילת המסע.

לסיכום, בין המרכיבים המעצבים את חוויית המסע נכללים ההדרכה והמסלול. חשוב לשים לב להשלכות הרגשיות של מרכיבים אלה על התלמידים לפני שיוצאים למסע וגם במהלכו.

ד. "להיות העדים של העדות" - שילובם של אנשי עדות במסע לפולין

בין הדמויות המלוות את המתבגרים תופסת מקום מיוחד ובלתי נשכח דמותם של אנשי העדות. גם לאחר חלוף זמן מהמסע זמן המסע הם עדיין זוכרים את שמם וחלקים חשובים מסיפוריהם.

חשיבותם ומרכזיותם של אנשי העדות אינה מוטלת בספק והיא באה לידי ביטוי גם במחקר שערכו רומי ולב (2003 א'), בו ציינו 96% ממשתתפי המחקר את נוכחות אנשי העדות במסע כמרכיב המשמעותי ביותר במסע.

תלמידים החוזרים מהמסע מספרים וכותבים ביומני המסע, כי ניצולי השואה שהשתתפו במסעם, מהווים דמות מרכזית בחוויה שלהם. הקשר המיוחד שנרקם במסע הופך לעיתים לקשר רב שנים, שבו מתכתבים הנערים והנערות עם הניצולים, ואף מתייעצים עמם בנושאים אישיים כלליים.

מול האמרה "מסע לפולין ללא איש עדות-אינו מסע לפולין" יש לזכור כי איש עדות מעלה מורכבויות עמן יש להתמודד.

נקודות לחבירה ולחקירה...

- מדוע משמעותית דמותם של אנשי העדות עבור בני הנוער במסע?
- מה מניע את אנשי העדות לצאת לנסיעה הקשה פיזית ונפשית?
- מהם הקשיים העלולים להיווצר כתוצאה משילובם במסעות?
- מהם המסרים המודעים והלא מודעים המועברים על ידי סיפורם?
- מהי המשמעות של הקשר הבין-דורי לניצולים, למתבגרים, ולחברה הישראלית?
- כיצד ניתן לערוך "מסע נבון דיו" ו/או "מסע רגיש מספיק"?

עדויות הניצולים, המשתפים בחוויותיהם האישיות, מספקות את המימד האותנטי, החיוני כל כך להבנת התקופה הלא מובנת והבלתי נתפסת. המתבגרים שומעים את הניצולים מספרים אודות התקופה הנוראה בחייהם, עת היו הם בגיל ההתבגרות, או אף פחות מכך. הסיפור האישי מאפשר לשומעים 'לראות' בעיני רוחם את הסיטואציה היומיומית בה חיו

הניצולים, את האירועים שקרו להם, ומה היה מרכיב המזל לעומת התושייה והתעוזה בהישרדות שלהם. עדותם חושפת מחשבות ורגשות אודות שיקולי הדעת שהפעילו בנסיבות דאז, ומה בדיעבד הם חושבים על כך היום.

אנשי העדות המייצגים גבורה וקורבן, הם דמויות אשר יש נטייה גדולה להזדהות עמן ולתת להן (ובצדק) כבוד גדול של גיבורים. עבור חלק מבני הנוער מהווים אנשי העדות תחליפי סבא וסבתא, לפחות לזמן המסע. הקשר נוצר במפגש הבין-דורי בעת ההכנה ומתעצם במהלך המסע.

אין ספק כי המפגש עם העדים, המביאים את סיפורם בקונטקסט של המקום בו קרו הדברים, מעצים מאוד את החוויה ואת היכולת להכיר טוב יותר את המציאות של שם ואז. הקשר מאפשר לתלמידים ליצור מעין גשר על פני עשרות השנים שחלפו, וללמוד את התקופה המדוברת באמצעות אנשים שפעלו בה.

אחד ממאפייני הזיכרון הקולקטיבי מדבר על הצורך בקרבה למקום בו אירעו האירועים עצמם, מכאן שהדרך להשגת אותנטיות היא ע"י צמצום התיווך בדרך אל העבר, שאינו קיים עוד. העדות האישית יוצקת אמינות לסיפור, כמו גם חיבור מוחשי ונתפס.

התחושה, שלא נשאר זמן רב בו נוכל לחוות חוויה אותנטית ובין-אישית שכזו, מבליטה את הצורך להיעזר באנשי העדות החיים בקרבינו.

חשוב ליצור דיאלוג המושתת על כבוד והערכה של בני הנוער אל אנשי העדות, לפיכך, מומלץ להקדיש בתהליך ההכנה פרק להכנת המפגש הייחודי. פיתוח הדיאלוג בין העדים המלווים לבין בני הנוער ברמות של כבוד ורגישות ייצור התייחסות דומה גם כלפי אנשים ומצבים בעתיד.

במקביל לכך, חשוב להכין את בני הנוער למפגש עם העדים ועם עדותם, להכין אותם לעוצמה ולחשיבות שיש בעדות, ועם זאת לנקודות הרגישות של העדים: לרצון שלהם שיקשיבו להם, לכבוד שצריך לתת לדברים שלא ירצו לספר, ולאפשרות כי העדות תהיה לעתים לא מאורגנת ולא דידקטית... נשים לב, כי העדים הופכים במהלך המסע להיות אנשים עם הרבה עוצמה ותפקידנו לשמור שעוצמה זו תנותב נכון.

בית הכנסת נוז'יק בוורשה

"...עדות אחת מני רבות..."

המסרים המודעים והלא מודעים המועברים בסיפורי הניצולים.

אנשי עדות רבים מספרים בתחושת שליחות את סיפורם האישי. לסיפור יש מימד מרפא ומחסן, אך גם נגיעה בכאב, בתלאות ובאובדן. סיפורי חיים אלה נותנים ביטוי לאישיות המיוחדת ולחוויות ההישרדות.

תודות מקרב לב שלוחות מאתנו לכל העדים אשר את סיפורם זכינו לשמוע, ושהפכו 'נר לרגלינו'.

מתוך הסיפור שמספרים העדים ניתן להבליט מסרים משמעותיים לתלמידים:

- "הכיבוש של הגרמנים ומה שבא לאחריו היה מעכבן להגיבו, והקשה על היהודים לבהות את מה שעתיד לקרות..." (הגרמנית "הרדימה" את היהודים והקהתה את החושים והסכנות האורבות).
- "בשטו הרגשנו מוגנים למרות הקשיים, מכיוון שכל המשפחה הייתה ביחד". (חשיבות ה"ביחד" המשפחתי כסוכן להתמודדות..)
- "במחנות, כשנתרנו עם ההורים, היינו קבוצה מלוכדת של ילדים שמיחקנו יחדיו, המבאונו משחקים ובוא בחקנו יחד." (השרה כמנגנון מגן ומחייה...)
- ה"מגן" בהישארות עם אחד ההורים, בעוד משאר הילדים נלקחו לעתים בבוכצריות מהוריהם ובוח"כ הומתו. שאלות שעלו: "למה דווקא אני?" (תחושת האשמה של הניצולים).
- לבו לבוד בלם האונוש במחנה והעצרה ההדדית לאורך התקופה. (להישאר בן אדם מעל הכול...)
- שביב התקווה של ההוכים לקראת מותם.... האישה שמעה אודם על שפתיה בטרם הירידה מהקרון, ההתחצות לבוגרים כדי להגיע לטור הכשירים לעבודה... (אינטואיציה של הישרדות, נמשיך לשמור על בלם אונש...)
- במהלך התופת היו בם אנשים טובים באומבץ הדרך, אנשים שסייעו לאחרים, אחראי/ת בלוק שהתייחסו טוב יותר, אנשים שהחביאו יהודים. (להימנע מהכללות סטריאוטיפיות).
- היכוך התקדים הבאו מודע - ילדים שומרים על הוריהם... שבאו יראו אותם בקשייהם ובהליכתם למות.. (לכולנו יש תקדיד לעצור לכולנו)
- מעטי הבבורה וההבלה בתוך משפחות - ויתור על מזון, הבנה בבוהם, תושייה ובולטרואיצם של הורים להבין את ילדיהם "עו איננה בתי, קחו אותי"... (במותם נתנו את חייהם...)
- המפגש עם העולם שאחרי - "בא ידעתי שיש ילדים בעולם", יבירת חיים חדשים, בניית משפחה וחיי יבירה (יש חיים אחרי התופת..)
- הפיכת הפחד מן המוות "אולי בא איחנק עד הסוף מן הבב" לתחושת הניבחון עליו "אנחנו נמות יחד"... "יהיה לנו כייל ביחד"...

אלי ויזל אמר: "רק מי שהיה שם יוכל להבין"...

העדות האותנטית יכולה להיות מנוף למסרים ערכיים משמעותיים לבני הנוער. כדאי וחשוב לנצלה לדיונים במהלך המסע ואחריו.

מפי תלמידה:

אנשי שדות יקרים

אני כותבת לכם, הציבורים שלי, אתם האנשים שבלכותם אני לה של אדמת היהודים, ארץ ישראל.

פשם חשבתי שציבורים הם שחקנים, צמרים, אנשים מפורסמים, אך בפוגין גיליתי מי הציבורים האמיתיים שלי, אתם אנשי השדות, שבלכותכם אני כאן, שומשת את סיפורכם.

לימדתם אותי להאמין בשבמי, גיליתי שהכוחות האמיתיים טמונים באדם ושיש מילה ושמה תקווה.

הייתי שם, ראיתי הכול, וכאוב, כאוב חד מאוד, אך לאו מספיק.

רציתי לחוש יותר, להרגיש יותר, רציתי להיות שם, רציתי לסבול אתכם, אך מה שנשאר לי למשטה לה אתם, השרידים, אתם הציבורים - צבי, רחל, ברכה, אתם הציבורים שלי !

אתם לאו שחקנים שמופיעים בסרט ואתם לאו צמרים שטרים שירים יפים, אתם ציבורים אמיתיים.

ולפתש אני רוצה דברים קטנים כל כך קטנים ואין לי בקשות רבות, אני רוצה שהפרחים יפרחו בגינה.

אני רוצה שהשמש תשלה שם הצריחה,

אני רוצה שלום ולאו את שדות הקרב

אני רוצה אוכל ולאו רשב.

אולי פשם לאו האמנתי שהמגן דוד יהיה כה חשוב לי

אולי פשם לאו גיליתי שד כמה ארץ ישראל היאו שלי

אני יהודייה, יהודייה גאה.

ואני בן אדם כמו כל בשש אחר.

ואולי היאו אומרה:

פשם המגן דוד היה לאות קלון

ושכשיו המגן דוד הואו אות כבוד

הבטחתי לזכור ולאו לשכוח

לזכור ולהשביר

להשביר מה ציבורים אמיתיים שברו

מה שבר שליני היהודים.

אני נלבת כאן גאה

ובלכותכם אני גאה להודות שאני יהודייה.

בני נוער במהלך המסע, בתאי הגזים במאידנק

ה. הטקסים במסע לפולין

לטקסים במסע לפולין יש חשיבות רבה, ולכן יש לראות בהם חלק חשוב מההתמודדות של בני הנוער במסע לפולין. שאלות רבות עולות בהקשר לטקס: מהו טקס? מה מטרתו? מה משמעותו למשתתפים בו ולצופים בו? מה הם מאפייניו? על אילו צרכים הוא עונה? כמה טקסים יהיו במהלך המסע? מה יהיה תוכנם? מי אחראי לארגון הטקסים? מה חלקם של התלמידים? מתי והיכן הם יתקיימו?.

על משמעותם של הטקסים

הגישה הפונקציונליסטית רואה בטקסים דרך שבאמצעותה מתמודדים קבוצות ופרטים עם בעיות קיומיות. הטקס מתוכנן וחוזר על עצמו במועדים ידועים, פונה לרגשות המשתתפים, ולא רק לצד השכלתני וההגיוני שלהם. הטקס מאפשר הבעה ציבורית של עצב, מתחים או לחצים.

לטקס פונקציה של מסירת מידע על תופעות, על תנאים ועל מצבים שיש להתמודד איתם בהקשרים חברתיים ספציפיים. הטקסים אף מגבירים את הלכידות החברתית ומחזקים את הערכים המרכזיים של החברה.

באמצעות טקסי השואה אנו מבקשים לשמר את זיכרון הנספים במחנות ההשמדה ובגטאות.

ממחקרים שונים שאספו תגובות של תלמידים שהשתתפו במסע לפולין עולה שהתלמידים זוכרים בד"כ היכן עמדו בטקס, מה קרה להם באותו רגע שהושמע השיר, קטע הקריאה, קטע הנגינה בטקס, מזג האוויר וכדומה. מכאן שדרך החוויה האישית של התלמידים ייזכר גם התוכן שהושמע.

ניתן להתייחס לטקסים משני היבטים, האנתרופולוגי והפסיכולוגי:

1. **ההיבט האנתרופולוגי** כולל את גורם ההשתייכות, החיבור לבין מה שהיה למה שיהיה, שמירת הרצף בין העבר לבין ההווה. שמירה זו יוצרת תחושה חזקה של שליטה באובדן. הטקס מאפשר התחברות ל"אני הקולקטיבי". תלמידים התייחסו לטקס ואמרו: "הטקס אוסף לי את השברים", "הטקס מזמן כוחות התמודדות והתגברות על הפחד". השימוש במרכיבים סימבוליים לאומיים - דגל, המנון, קדיש מעוררים רוח של הזדהות עם הקורבנות. שירת "התקווה" ושירת "אני מאמין" מעצימים את הרצון להגיד לעולם "אנחנו כאן", "עם ישראל חי".
2. **ההיבט הפסיכולוגי** נוגע בקטע של שליטה על אובדן. טקסי הזיכרון מזכירים אובדנים, דברים שהיו ואינם. עיסוק באובדנים בגיל ההתבגרות מלווה בחרדות. בגלל העירור הרגשי העמום והמטריד הגורם לתחושת לחץ, עולה הצורך בעשיית משהו ממשי - מוחשי, כמו: הדלקת נר, נשיאת דגל, פעולות אשר נותנות פשר לתחושות. אי לכך טקסים המגבירים את תחושת השייכות לקהילה רחבה יכולים להנמיך את עוצמת החרדה. הטקס מאפשר לשמר זיכרון בדרך הנכונה ביותר מבחינת הבריאות הנפשית של התלמידים והמלווים. עריכת טקסים הרוויים במרכיבים רגשיים מגבירה את הלכידות הקבוצתית ומאפשרת פורקן. כך מושגת תובנה אצל כל המשתתפים שתחושותיהם נורמליות, ההסתופפות יחדיו של "אחים לצרה" בטקס מאפשרת קיומו של תהליך השוואה חברתית. ההתכנסות המשותפת מאפשרת לכל אחד מהשותפים הסברים לגבי עצמו. התמיכה החברתית המושגת בחוויה המשותפת בטקס הופכת את הלחץ לנסבל יותר. כמו-כן עצם העיסוק בטקס שהוכן בארץ בטרם המסע, מגביר את תחושת השליטה ורציפות החיים, וכך הוא מרגיע.

הכנת הטקס כחלק מההכנה הרגשית

יש לשים לב:

- חשוב להיות מודעים לזהויות השונות של המשתתפים: נוער ישראלי, בנים/נכדים של..., ציוניים, דתיים/חילוניים, תלמידי בי"ס... זהויות אלו יסייעו לגבש את ההסכמות הנוגעות למרכיבים ולסמלים הייחודיים אותם יאמצו.
- לטקסים משמעות במסורת היהודית. הם עשויים להוות נדבך נוסף בהבנת הנושא הנדון. כדאי לתת לתלמידים כלים על מנת שיידעו כיצד לשלב את משמעות החומרים הקשורים למסורת היהודית לחייהם ולהבין אותם. (גלגוליו של ה"קדיש"...) כמו כן, חשוב שתכני הטקס יותאמו לאתר ולאירוע בו יתקיים הטקס.
- בתי"ס רבים שמים דגש רב מדי על הטקס, דבר היוצר לחץ ותסכול בקרב תלמידים. הטקס הוא חוויה משמעותית אך הוא אינו עיקר המסע.
- רצוי לעודד את כלל התלמידים להשתתף בטקס. ההשתתפות בטקס פירושה נטילת תפקיד פעיל, חוויה שונה מחווית הצופה הסביל.
- מומלץ להפוך את התלמידים למעורבים בתהליך הכנת הטקסים. על המורים לכוון את התלמידים בבחירת הטקסטים, המוסיקה, התנועה והצבע של הטקס.

טקס משלחתי - באנדרטה בבירקנאו

"מהלכה למעשה..." מפגשים בתחום הרגשי

א. הכנת התלמידים משתתפי המשלחת בתחום הרגשי

ב. הכשרת המורים המלווים לתפקידם בתהליך

ג. מעורבות ההורים בתהליך המסע לפולין

ד. "אנחנו נשארים בארץ..." - התלמידים שאינם יוצאים למסע

א. הכנת התלמידים משתתפי המשלחת בתחום הרגשי

חלק 1 - תלמידים - בהכנה למסע

המרכיב הרגשי בהכנת בני הנוער למסע לפולין הוא מרכיב חשוב, הכרחי ומשלים למרכיבים אחרים חשובים בהכנה, כגון: הרחבת הידע על התקופה הכללית ועל התקופה הייחודית או על האירועים הייחודיים בזמן המלחמה, מידע על פולין כיום, פרטים על המסע ועוד.

המסע לפולין איננו עוד סתם "טיול", אלא מסע מיוחד ביותר. אצל כל היוצאים למסע מצוי מטען אישי בכל הקשור לתקופת השואה, בין אם בהקשר לנושא הזיכרון הקולקטיבי של השואה או כנושא אישי - משפחתי.

קיימת תפיסה האומרת כי "כל אדם מישראל יכול לראות עצמו כניצול שואה", ועל פיה מתקיים העיסוק אצל כל אדם בישראל בנושא. עמדה זו יכולה לעורר שאלות כגון: איך היה שם? מה היה שם? מה עבר על האנשים? איך התמודדו? איך הצליחו לשרוד? איך אני הייתי עומד בזה?

יש להניח ששאלות אלה טמונות במודע ובלא מודע של המשתתפים במסעות של בני הנוער לפולין ויש ציפייה למענה עליהן, ולו באופן חלקי.

מכאן, שההכנה בטרם המסע בתחום הרגשי אמורה לסייע ולהשפיע על רמת ההקשבה, הפניות, התגובות וההתנהגות במהלך המסע ולאחריו.

- התחלת המסע פוגשת את המשתתפים בנקודות אחרות מבחינת ידע, מעורבות, מוטיבציה, רקע, יכולת רגשית, כישורים חברתיים ועוד.
- החשיפה למראות השואה עלולה להדגיש ולהאיץ תהליכים, טראומות או קשיים בלתי פתורים וחשוב להתכונן אליהם.
- על מנת לאפשר עיבוד פסיכולוגי של התהליך יש להַבנות הכנה מוקדם ככל האפשר.
- ההתערבות צריכה להיות במינון מסוים, כדי שלא ייווצר עומס רגשי או שלא ייבנו מנגנוני הגנה מפני פחד ומפני האמירות המבטיחות "שינוי". ליצירת התנאים המתאימים לעיבוד יש חשיבות פסיכולוגית.

אנשי שפ"י יכולים לתרום תרומה ייחודית בנקודות שונות, ואלו הן: דגשים על בחירת התלמידים, מפגשים בתחום הרגשי, בירור המקום האישי ממנו יוצא כל אחד ואחת למסע ובדיקת היתכנות הגשמת הציפיות, הכנת התלמידים להתמודדות עם מצבי לחץ (בעקבות מראות ותוכני השואה, עומס פיזי וקונפליקטים חברתיים), הפיכת הקבוצה ל"משאב", מפגשי הכנה להורים ולצוות.

התלמידים המתבגרים, הצוות המלווה ו"החיים" במסע לפולין

המסע לפולין הינו אירוע אישי וחברתי אינטנסיבי ומיוחד במינו. התלמידים נפרדים מהוריהם וממשפחתם לשמונה ימים. עבור חלק מהם תהיה זו הפרידה הראשונה לפרק זמן ארוך מהמשפחה והימצאות מחוץ למסגרת הבית והסביבה המוכרת. עליהם לשהות במסגרת קבוצתם למשך שעות ארוכות , כמעט ללא זמן פרטי בו יוכלו להיות לבד. על כל התלמידים לחלוק חדר עם תלמידים נוספים (אחד/ת לפחות), להבדיל מהבית בו הם נהנים מפרטיות. חוסר האינטימיות הכפויה עליהם היא אינטנסיבית ביותר ועלולה לעורר קשיים על רקע האפיונים המייחדים אותם בגיל זה.

התלמידים, הנמצאים במסע אישי של גיבוש זהותם העצמית, נתקלים במסע באתגרים מיוחדים והם ניצבים מול הדילמה של שמירה על האינדיבידואליות שלהם מול ההשתייכות המאוד אינטנסיבית לקבוצה ולסביבה החברתית, שאין להם יכולת לשנותה. על מקומה וחשיבותה של קבוצת השווים עבור המתבגרים הרחבנו בפרק על מסע ההתבגרות, ונזכיר כי התלמידים הנוסעים לפולין, יוצאים עם קבוצה שלא בחרו את חבריה. הם עלולים למצוא את עצמם בנסיבות מסוימות בבדידות חברתית, דווקא במצב הלחץ הקשה ביותר בו יזדקקו יותר מכל לתמיכה החברתית של בני גילם. תלמידים בעלי קושי ביחסיהם הבינאישיים בכלל, או במקרה ספציפי זה בפרט, עלולים למצוא עצמם במצב רגשי קשה מנשוא.

לעתים רחוקות עלול להיווצר קושי בקבלת סמכות המדריכים מסיבות שונות (הרחבה בפרק ההדרכה והמסלול), או בקשר עם המורים המלווים שלא תמיד הם מוריהם האישיים. השימוש באירוניה, בהומור ובציניות - הן כחלק מההגנה כנגד רגשות כואבים ומציפים והן כחלק מאפיון ההתפתחות הקוגניטיבית האופיינית - עלול לעורר בצוות המלווה תגובות של כעס ואי קבלה. וכל זה... עוד בטרם נגענו בקושי המרכזי של המסע לפולין - הלא הוא התוכן והמשמעות שהוא נושא עמו. המסע בעקבות השואה מפגיש את המתבגר/ת גם עם תגובות והתנהגויות של חוסר אונים של קהילה ושל יחידים השייכים לעברו/ה ההיסטורי, בתקופה בחייו/ה בה הוא/היא עסוק/ה יותר מכל בחיזוק תחושת המסוגלות ובחיפוש אחרי מקורות כוח בתוך עצמו/ה במסגרת בניית זהותו/ה העצמית. מפגש כזה עלול לאיים עליו/ה עד כדי יצירת התנגדות לקבלתו כחלק מזהותם ההיסטורית הלאומית. הדיכוטומיה המאפיינת את החשיבה המתבגרת ("שחור או לבן"), העוצמות הרגשיות של תחושות אהבה, שנאה או כעס - מגבירות סכנה של היסחפות לכיוון קיצוני של שנאת הצורר המוכללת על החיים היום, סכנה של ראייה חד צדדית של הדברים.

בגיל זה של גיבוש אמונות והשקפת עולם, הקרבה לשירות הצבאי - המפגש עם הרוע האולטימטיבי מזמן התמודדות ייחודית. לעיתים מושלכות על המסע לפולין פנטזיות, שאיפות, רצונות בצד פחדים לא ריאליים היכולים להתבטא בציפייה לשינוי מהותי "לחזור מישהו אחר" בצד חרדה עצומה בשל אותו הדבר עצמו... הציפייה לחוויה רגשית עמוקה ועצומה מהרגע הראשון עלולה להביא לאכזבה ואפילו לרגשות אשם אם אינה מתממשת עפ"י הציפיות הלא ריאליות.

נזכור כי המסע הוא עוצמתי עם סיכויים וסיכונים, לכן יש להתמקד בתהליך ההכנה של כל היוצאים למסע הזה גם בנקודות הקושי האלה.

תמונה קבוצתית בכיכר העיר

על מה לשים דגש בתהליך ההכנה?

1. חשוב להעביר לכל הצוות המלווה את המסע לפולין את הידע על האפיונים המייחדים את גיל ההתבגרות, על יתרונותיהם והקשיים העלולים להיווצר.
2. יש לערוך מפגשי ההיכרות בין קבוצת התלמידים היוצאים למסע לצוות המלווה אותם, כולל המדריכים שאינם שייכים לצוות ביה"ס. באמצעות מפגשי היכרות, פיתוח דרכי עבודה משותפות, והבהרת הקשיים הפוטנציאליים העלולים להיווצר ניתן יהיה לתכנן דפוסי התמודדות יעילים.
3. עבודה עם קבוצת התלמידים הקבועה לאורך כל המסע בדרך של פיתוח צוות, כדי ליצור קבוצה מגובשת שתוכל לשמש קבוצת השתייכות וקבוצת תמיכה לכל החברים בה.
4. בתהליכי העבודה עם קבוצת התלמידים יש לאפשר להם להעלות את כל החששות, הפנטזיות, השאיפות והרצונות שהם תולים במסע הזה. תיאום ציפיות: על מה בא לענות המסע לפולין עבור כל אחד ואחת.
מתן לגיטימציה למגוון של תגובות אפשריות במצבים שונים ולשונות בין אנשים ותגובותיהם.
6. חשוב לאפשר מעורבות גבוהה של התלמידים עצמם, עד כמה שאפשר, בתהליך של תכנון המסע עצמו (ברוח יאנוש קורצ'ק). במקביל, יש לתת לתלמידים מידע פרקטי רב אודות התנהלות המסע, כדי להפחית חרדה ולאפשר יותר תחושת שליטה.
7. עבודה דומה צריכה להיעשות עם הצוות המלווה כדי לצפות מראש קונפליקטים אפשריים וליצור צוות שיוכל

לעבוד ביחד בדרך אופטימאלית. חשוב ביותר שהצוות המלווה את המסע, הן בתהליך ההכנה והן במסע עצמו, יהיה מודע כל הזמן לאחריות הרבה המוטלת על כל אחד ואחד מהם. חשובה לא פחות המודעות לגבי תרומת המסע הזה, החוויות שבו ומשמעויותיו לגבי גיבוש הזהות האישית של התלמידים המשתתפים בו מבחינת דעות, ערכים והשקפת עולם.

8. יש לשאוף לכך שתהליך ההכנה יהיה ארוך וממצה עד כמה שאפשר על מנת לגעת בסוגיות השונות שהועלו כאן וכדי להעצים את הנוסעים להתמודדות נכונה יותר במסע המחכה להם. בנוסף , בתהליך הכנה ארוך דיו ניתן לאתר את מי שאינו מתאים למסע מסוג זה בתקופה זו של חייו.

מטרות ההכנה:

- היכרות בין המבוגרים לתלמידים היוצאים, על מנת לאפשר אימון בשיתופיות, בקבלה, במתן תמיכה וערבות הדדית. כך ניצור תשתית לאווירה משתפת ומכבדת.
- יצירת מודעות לתהליכים הרגשיים שעוברים עלינו, משהו שלא תמיד מוכר או מובן, ושבעזרתה נוכל למנוע חרדה או לחץ.
- מוכנות רבה יותר וידע לגבי התהליך אותו אנו עומדים לעבור. ניתן לתלמידים מידע פרקטי רב ככל הניתן אודות התנהלות המסע והמפגשים עם בני נוער אחרים - ישראלים ופולנים, וכן מידע אודות הפרטים אשר יסתברו במסע כמשמעותיים.
- לדעת שכולם בשביל כולם, שנוצרת קבוצה ושחשוב לעזור ולהיעזר בה - ככלי לתמיכה ולהכלה. נעלה סיטואציות ומצבים שונים ודרך המצבים המדגימים נאתר קשיים אפשריים וניצור פתרונות אפשריים מבעוד מועד.
- לכל אחד תפקיד ומקום - ללמוד לזהות התנהגויות וחברים בעת צרה. לדעת שיש ביכולתי לסייע ולתרום ולהיות מעורב בהצלחת המסע.
- להתוודע לערכיותה ולכוחה של עבודת הצוות: הקשבה, מתן כבוד, עזרה הדדית, ייצוגיות ושיתוף פעולה.
- להכיר אמצעים אישיים להפגת הלחץ - כתיבת יומן אישי, צילום, ציור, דיאלוג, האזנה למוזיקה ועוד. החיבור במסע יהיה דרך מתן הזדמנויות ואמצעים מגוונים להפגת הלחץ באופן המתאים ביותר לכל אחד במסע.
- לדעת להכיר את המעברים בין עצב לשמחה ובין כאב להנאה, כחלק מחיינו בכלל, וכחלק מחיי המשלחת, בפרט.
- לדעת שהחיבור לנושא השואה הוא אישי והוא מתרחש בקצב שונה מאחד לאחד וכי אנו מכבדים את הקצב והאופן שבו יביעו את חוויותיהם. המתבגרים, היוצאים עם הגנות שתפקידן להגן על ה"אני המתפתח", יוצאים למסע עם מוטיבציה להרגיש. הם עלולים לחוש קושי ועלולים לשאת רגשות אשם ("אני לא בסדר..."), במיוחד לאור הצו החברתי והערכי ש"ימדוד" אותם על פי תגובותיהם.
- בתהליכי ההכנה יהיו רכיבים המקבילים למסע עצמו, כמו: אלמנטים של עמידה בלחץ זמן... של חשיפה רגשית... של חברתיות מהודקת... של אחריות הדדית... של סובלנות ועוד.
- ננסח יחדיו (מבוגרים ותלמידים) "תקנון מסע" שיכלול כללי התנהגות המוסכמים על כולם, למען כולם ולמען הצלחת המסע !

מועדי ההכנה

העיסוק ברכיב הרגשי בהכנה יכול להיות מפוזר לאורך ההכנה או אף מרוכז בשני מפגשים או יותר. נראה שפיזור המפגשים עדיף, משום שמרבית המתבגרים מתייחסים בציניות מה לרכיב הרגשי, בשל המימד החושפני שבו, ומשום שהוא דורש התייחסות תוך אישית ובין אישית, לקבוצה ולתהליכיה. מפגש ארוך ומרוכז עלול להוות סיכון או איום, ולגרום להסתגרות ולהימנעות. לפיכך, נראה שפיזור מפגשים, וקיום מפגשים קצרים יכול להתאים יותר.

שילוב ההכנה הרגשית יכול להיעשות באופן מתואם עם תכנית ההכנה הכללית ולהשתלב לאחר העברת תכנים המעוררים רגשית כמו לאחר הקרנת סרט בנושא השואה, לאחר שיחה עם איש עדות, לאחר ביקור במרכז הנצחה כמו "יד ושם" ועוד.

מנחי התכנית

מומלץ שהמנחים של קבוצות בני הנוער העומדים לצאת לפולין יהיו יועצים ופסיכולוגים חינוכיים, אשר עברו הכשרה בנידון ושנרתמים לבצע את כל חלק ההכנה הרגשי, כולל גם לאחר המסע. מובן שמנחים אשר בעצמם השתתפו במסע הם בעלי עדיפות. מומלץ ביותר שהמורים - המלווים ייקחו חלק בכל מפגשי ההכנה הרגשית, יקשיבו, יתנו מעצמם, יתייחסו לדברים הנאמרים ויביאו מניסיונם במקרה שכבר נסעו לפולין.

טקס סיום מסע באושוויץ

מבנה התכנית

מוצעת תכנית הכנה, בתחום הרגשי, בטרם יציאה למסע, הבנויה כך שהיא מקיפה את כל שלבי המסע מהבחירה לצאת ועד לחזרה לארץ. דהיינו, ההכנה בטרם המסע בנויה כך שמוצעות פעילויות והפעלות של התלמידים בשלבים שונים של המסע:

שלב קבלת ההחלטה לצאת - מניעים ליציאה למסע, רקע משפחתי ומוטיבציה אישית לעיסוק בנושא.

שלב ההכנה למסע - יצירת הקבוצה והפיכתה למשאב.

שלב "אריזת המזוודות" - ציפיות מהמסע ומהקבוצה.

שלב השהייה בפולין - קשיים שהמסע עלול לעורר, כלים להתמודדות, נקודות חוזק.

שלב החזרה לארץ - ציפיות לאופן השפעת המסע על החיים שאחריו.

יצירת אווירה מתאימה

כמקובל בכל שיחה עם תלמידים בכלל ובפרט בנושאים מתחום הרגש והיחסים הבין אישיים יש ליצור אווירה מעודדת פתיחות, התייחסות הדדית, כבוד לכל דעה גם אם היא אינה מקובלת/ מוסכמת על חלק מחברי הקבוצה ולא על שומעים או אחרים. יש בהחלט מקום לעודד ויכוחים ודיונים.

יש להיות ערניים לתהליכים קבוצתיים: הרכב הקבוצה (האם התלמידים מכיתה אחת או ממספר כיתות?, האם ישהו באוטובוס אחד או יפוצלו?). יש להניח שהתהליכים שיווצרו בשיחות ההכנה ישקפו חלק מהתהליכים שיתרחשו במסע: אווירת הביחד או אווירת הספליט, בידוד תלמידים, מוטיבציות גלויות וסמויות למסע ועוד. מורים מלווים יוכלו ללמוד על חלק מהמצפה להם בצד החברתי בעת שיצפו בהכנה הרגשית.

תכנית המפגשים

להלן יוצגו רעיונות למפגשים. בהחלט ניתן לבנות תכנית התואמת את כישורי המנחה ואת ה"אני מאמין" הייחודי של בית הספר, להוסיף ולשנות נושאים. עם זאת, מומלץ לבנות התכנית עפ"י הרציונל שהוצג לעיל, כך שלשלבים השונים של המסע תהיה התייחסות בהכנה.

ככלל, מומלץ לערוך לפחות שני מפגשים של שעה וחצי לכל מפגש, האחד בתחילת התהוות הקבוצות, והאחר קרוב למועד היציאה. נושאי המפגשים המוצעים הם:

מפגש ראשון - יעסוק בהיכרות, בהצגת המניעים ליציאה למסע והציפיות שמעורר. ניתן להרחיב את ההיכרות על ידי התייחסות אישית ומשפחתית לנושא השואה וליציאה למסע. (פעילויות מס' 1, 2, 3, 4 בהמשך).

מפגש שני - במפגש זה ניתן להרחיב על הרגשות המתלווים ליציאה למסע, כגון: חששות ולחצים אפשריים, לאפשר הרחבת רפרטואר ההתמודדויות ולגלות את הכוחות הקבוצתיים (פעילויות מס' 5 , 6 ,7) וסיכום (פעילות מס' 9).

ניתן להשתמש בניתוח אירועים (פעילות מס' 8) לשם הכנת הקבוצה לקראת מצבים שעשויים להתרחש בפולין.

1. פתיחה

זהו המפגש הראשוני בין הקבוצה למנחה ושל הקבוצה בנושא ההכנה בתחום הרגשי. מכאן שמתאים לעסוק בפגישה זו בראשוניות של הנושא, דהיינו בשלב קבלת ההחלטה לצאת למסע.

בפתיחת המפגש יציג/תציג המנחה את עצמו/ה, את הקשר שלו/ה למסע ולנושא השואה, את המוטיבציות שלו/ה, את אופן ותוכני הקשר שלו/ה עם הקבוצה בהמשך, לאחר המסע, גם אם המנחה אינו מצטרף אליהם לפולין.

מומלץ סבב היכרות של המשתתפים. כבר בסבב זה יועבר המסר לעיסוק בנושא השואה והשלכותיו:

כל אחד יציג/תציג את עצמו/ה בשמו/ה ועל דף בצורת עלה הכותרת, "רשמו אמירה קצרה העולה בדעתכם כאשר אתם חושבים על המסע לפולין. אפשר גם לרשום תחושה ספונטנית שאתם מרגישים, או מטפורה המייצגת את הרגשתכם או כל אסוציאציה העולה בדעתכם על משמעות המסע לפולין עבורכם".

אפשר גם להשלים את המשפט: "בשבילי להצטרף למשלחת נוער לפולין זה..." ולאפשר עבודה אישית.

לאחר שהתלמידים יסיימו את משימת הכתיבה, מוזמנים המשתתפים לומר את שמם ולצרף את עלה הכותרת שלהם לליבת הפרח. במרכז ייכתב:

לאחר תום הסבב ועם היווצרות ה"פרח", אפשר לשאול את התלמידים: "מה משמעות הפרח שהתקבל?"

יש להניח שהפרח יכיל כמעט את עולם התוכן של כל המשתתפים לגבי המסע, הן מבחינת המוטיבציה, הן מבחינת הרגשות המתלווים למסע, והן מבחינת המידע על פולין והשואה ועוד. ניתן לומר למשתתפים: "זהו למעשה המסע שלכם לפולין, זהו השלם שאתם עומדים לחוות".

אם בולטת הטייה לצד "חיובי" או "שלילי", לקצוות, ולהתעלמות מחלקים משמעותיים במסע, יש להעיר על כך, לשקף את ההטייה ולמצוא לה הסבר. למשל, אם יושם דגש רב על המסע לפולין ועל המפגש עם השואה, תוך התעלמות מהמימד החברתי שלו, ראוי להעיר על כך ולבדוק שמא יש כאן רצייה חברתית למילוי ציפיות המבוגרים. לעומת זאת אם יושם דגש רב על הצד הטיולי והחברתי במסע הדבר עלול להעיד על קושי לפגוש בשלב הזה את הרגשות המתעוררים לקראת מסע שכזה.

2. המניעים למסע

הלגיטימיות לכל מניע ולשונות בין היוצאים מבחינת המוטיבציות ליציאה היא מטרת הפעילות. הצגה של מספר רב של מניעים המהווים יחד את המניע של הקבוצה הספציפית ליציאה למסע.

- "מה המניע לבחירתך לצאת לפולין?" שאלת סבב, ובה כל אחד יקבל את הזמן לפרט את המניע האישי שלו. כאן יש מקום לתת זמן מעט נרחב יותר לכל משתתף. ייתכן בהחלט שמצוי יותר ממניע אחד, וחשוב שייאמרו המניעים.
- אפשר להשתמש ברשימת מניעים מוכנה ולהעבירה בין התלמידים והם יבחרו סיבה אחת או יותר ויציגוה בקבוצה

השלמה, או בקבוצות דיון, או בזוגות.

- הצגת קטע מעיתון או מדברי אישים בנושא היחס לשואה ו/או למסעות לפולין. יש להוסיף לקטע שאלה לגבי הנימוק / המשפט שהכי משמעותי לקורא/ת.

3. ציפיות

המנחה פותח/ת ואומר/ת:

"יש להניח שלקראת המסע לפולין הזדמן לחלק מכם לשוחח עם חברים ומכרים שהיו כבר בפולין, וכמו כן לשמוע סיפורים של קרובים שיש להם נגיעה אישית לשואה ולפולין. בוודאי גם קראתם חומרים העוסקים בצד ההיסטורי של האירועים, למדתם על כך בביה"ס, ראיתם סרטים המציגים את השואה ("יומנה של אנה פרנק", "החיים יפים", "רשימת שינדלר"). כל אלו משפיעים על הלך הרוח שלכם לקראת המסע לפולין ועל עמדותיכם.

ברצוני לבקש מכם להמשיך לשבת בכיסאותיכם ולדמיין שאתם יושבים במטוס בדרך לפולין, מחצית הדרך כבר עברה, ואתם מהרהרים למקום שאליו פניכם מועדות:

- **איזו תמונה תתגלה לעיניכם בפולין?**
- **מה תפגשו שם? את מי תפגשו שם?**
- **איזו חוויה תעבור עליכם בפולין?**

לאחר מספר דקות של עבודה אישית באמצעות הדמיון, יחלקו המשתתפים שירצו בכך עם האחרים את אשר "חוו".

טקס זיכרון ביער לופוחובה

המנחים ימשיגו את החוויות שסופרו בפולין:

נפגוש את המוות...

נפגוש את חוסר האונים...

נפגוש את התחושה של חזקים כל יכולים, מול חלשים...

נפגוש את הייאוש, האובדן והרצון לחיות...

נפגוש את משמעות החיים והקיום...

נפגוש את אפסות החיים...

נפגוש כוחות התמודדות שלא ידוע עליהם, את ההישרדות...

נפגוש את עצמנו נתוודע לתגובות ידועות ולא ידועות שבנו...

נפגוש את חברינו במצבים שונים...

ועוד..

4. הכנות למסע

המנחים ישאלו:

"מה כל אחד ואחת מכם שם **במזוודה** (המטפורית) לקראת המסע?".

הכוונה בעיקר לחלק המטפורי שבשאלה, אם כי תשובות קונקרטיות בהחלט מבורכות. תלמידים שיאמרו שלוקחים עמם ספר מסוים, תמונה מסוימת, פריט כלשהו, ברור שגם אלו סמלים-מטפורות, וניתן לשאול מה הם מייצגים עבורם. אולם עיקר הכוונה בשאלה היא מה "המטענים" שלוקחים איתם המשתתפים אל המסע מן ההווה שלהם, מן העבר שלהם, מסביבתם הקרובה והרחוקה יותר.

5. קשיים צפויים

יש לאפשר מקום לחששות ולקשיים. אפשר להעלותם בשאלה ישירה, בשיחה חופשית, או על ידי כתיבה על פתק. כך כל אחד מתחבר/ת לקשיים שלו/ה ללא הטייה ממה ששומע/ת מחברו/ה.

ניתן לרכז את הפתקים שנכתבו ואח"כ לבקש מכל משתתף לקחת פתק, לקרוא, לשקול ולהציע פתרון אפשרי לקושי שהועלה. בדרך זו אנו הופכים את קבוצת העמיתים ליועצים ולפותרי קשיים צפויים בדרך סימולטיבית.

לפניכם מספר קשיים שעלולים לעלות ושיש להתייחס אליהם (כדאי להתייחס גם אם לא הועלו):

- ברגע מסוים אבכה/אתפרק וכולם יראו אותי...
- אני לא ארגיש כלום... (לרוב מועלה בשיחות הערב הראשונות במסע)
- מה אם אצחק במקומות הלא מתאימים...
- יהיה לי קר נורא...
- הנסיעות הארוכות תהיינה קשות לי...
- לא אתעורר בבוקר...
- לא אסתדר עם השותף שלי לחדר...

- אני אהיה במצב רוח **רע** כשהאחרים יהיו במצב רוח **טוב**...
- אני אהיה במצב רוח **טוב** כשהאחרים יהיו במצב רוח **רע**...
- לא יאפשרו לאמא ולאבא שלי להצטרף למסע...
- לא יהיה כיף באוטובוס שלי...
- אתגעגע הביתה...
- האוכל לא יהיה טעים...
- ההסברים יהיו ארוכים ומשעממים...
- יכריחו אותי ללכת לישון מוקדם...
- המסע ישפיע עליי יותר מדי מבחינה רגשית...
- יהיו לי תגובות קשות לאחר המסע...
- יהיו לי חלומות וביעותים...
- לא יהיה לי עם מי להיות בחדר...

ניתן לטפל בקשים הצפויים באמצעות מכתב אישי:

כתבו מכתב למי שלא יוצא/ת לפולין...

טכניקה של כתיבת מכתב אישי מסייעת להעלות את נושא החששות הצפויים בדרך שונה, פחות חושפת ופחות מאיימת. המכתב הוא אמצעי לפתיחת דיון סביב הקשיים והחששות. את הדיון אפשר להרחיב בעזרת הנקודות בפעילות הנ"ל.

מניפים דגל ומצטלמים - בני נוער ישראלים בפולין

6. נקודות חוזק וחולשה

המנחה: "כל אחד מאתנו בנוי מנקודות חוזק ומחולשות. נברר מה בתוכנו יכול להוות גורם שמחזק את ההתמודדות במסע, ומה בתוכנו עלול להחליש את ההתמודדות הנכונה עם המסע?"

ההשתתפות כמובן על פי בחירה. זהו חלק די קשה במפגש משום שרמת החשיפה הנדרשת בפני הקבוצה היא גבוהה. יש לשים דגש על האוניברסליות של חוזק וחולשה, על הלגיטימיות, על כך שאנו מצוידים במענה לחולשות דרך נקודות החוזק שבנו ודרך סביבתנו הקרובה התומכת.

לעתים, יציגו המשתתפים קושי שיש בו אמירה של: קבלו אותי ככזה/ ככזאת, התחשבו בי, סייעו לי.

ברור, שאם משתתף/ת מציג/ה קושי המלמד על מימד הרסני, אין לתת לגיטימיות לדברים וניתן בהחלט לפרש זאת ואף לומר: "אולי את/ה מבקש/ת שנדע זאת, נהיה ערים לכך ונסייע לך?" או: "אולי את/ה רוצה לבקש משהו מהקבוצה?"

אפשר לערוך דיון זה באמצעות הצגת מצבים מניסיון העבר בהם גילו קושי בסיטואציה מסוימת או שנכשלו במשימה כלשהי. אז ניתן להעלות את הכוחות שעזרו להם להצליח להתמודד ואותם לקשר לסיטואציות דומות במסע.

7. הקבוצה

המנחה: "המסע לפולין הוא אמנם מסע אישי של כל אחד ואחת מכם, אולם אתם עומדים לעבור אותו בקבוצה גדולה. בואו נבדוק מהו התפקיד של הקבוצה ושל החברים במסע לפולין".

הקדשת זמן למימד הקבוצתי של המסע היא קריטית לפחות משתי סיבות:

לרוב המשתתפים במסע יש ציפיות גבוהות מהמסע לפולין במימד החברתי ובמימד שבינו לבינה. כמו-כן הימצאות בקבוצה במסע מייצרת מטבע הדברים תהליכים שונים שמוטב להיות ערים ומודעים אליהם מראש.

במהלך הדיון בחלק זה של ההכנה אפשר להרחיב את נושא האחריות ההדדית אחד לשני, התמיכה האפשרית ושיתוף החברים בחוויות. ניתן להפנות את תשומת הלב לכך שייתכן ויהיו משתתפים מבודדים ומתבודדים ועל כן יש להגביר את הצורך בלכידות, בתרומה ובאחריות קבוצתית. חשוב להעלות את המורכבות והקושי בהתמודדות עם לחצים קבוצתיים ועם התנהגויות אסורות/גבוליות הן מבחינה בטחונית, הן בטיחותית והן משמעתית.

אפשר לסכם חלק זה באמצעות הגדרה/בקשה של כל משתתף לגבי ההתנהגות הרצויה של חברי הקבוצה.

את המשפטים ניתן לכתוב כ"אמנה", ולהחתים את כולם במעמד שיוצר מחויבות ואחריות הדדית.

8. הטרמה

להלן דוגמאות לאירועים שיכולים להתרחש במהלך המסע ושאלות שניתן לדון עליהן:

- איך ניתן להתמודד עם האירועים בעת התרחשותם?
- אילו דילמות מעורר האירוע?
- לו ניתן היה להחזיר את הגלגל לאחור - האם ניתן היה להתכונן אליהם?

אירוע א' – לאחר שישה ימים בפולין בהם ביקרתם בטרבלינקה, באושוויץ, בפלשוב ובבתי קברות שונים, אתם מגיעים למאוידנק. בכניסה לבתי הנפליים פורצים מספר ילדים בבכי. תוך דקה מצטרפים אליהם תלמידים נוספים: בוכים, המומים, ומתחבקים... רק טלי איננה בוכה, איננה מחוברת לגוף אחד ומפגינה "אדישות".

אירוע ב' – אושת הסדות נמצאת בקדמת האוטובוס ומספרת תוך כדי נסיעה את סיפורה האישי. חלק מהתלמידים מביט אל הנוף שמחוץ לאוטובוס, חלק אחר שם אוזניות של האוזניים ונרדם.

המדריכה מביטה בחוסר אונים לעבר המורה המלווה והתלמידים ואיננה יודעת מה לעשות.

אירוע ג' – בשעות הלילה המאוחרות יושבים כמה חברים באחד החדרים. הם משוחחים, אוכלים ובוחקים... אחת התלמידות אומרת כי אחרי הביקור באושוויץ היא איננה רואה כל טעם להמשיך את המסע, ובעצם את חייה. היא טוענת כי הדבר אינו קשור ישירות למסע, אלא למשהו אישי שעובר עליה ומבקשת לא לסבר על כך לאיש מהצוות.

אירוע ד' – במהלך הביקור בבירקנאו מגדה ביפי, המורה המלווה, וסיפרה את סיפורה המשפחתי. לפתע התרגשה והחלה לבכות. התלמידים היו נבוכים מעט ולא ידעו כיצד להגיב.

אירוע ה' – במהלך היום הראשון למסע סיפר רועי למדריך כי סבא שלו ניצל מפלשוב והוא מבקש מאנו להגיע לבית המשפחה שהתגוררה בקרקוב. רועי קשור מאוד לסבו והקשר ביניהם מיוחד במינו, במיוחד לאור העובדה שהוריו של רועי התגרשו כשהיה בעיר, וסבא שלו גידל וטיפח אותו.

אירוע ו' – ביום האחרון של המסע הייתה פנית עצובה במיוחד. היא הרגישה שהקבוצה מאוד חשובה לה וכי בינה לבין חבריה נוצרו קשרים קרובים ומיוחדים. היא פחדה לחצות לשערת הלימודים ובית הספר.

אירוע ז' – פני סיפר לביתה כי לא יוכל לבוא למסע לפולין משום שהגישה של משפחתו כלפי המסעות טוענת כי הפולנים היו גרועים יותר מהגרמנים, שיתפו פעולה , הלשינו והרגו יהודים רבים במלחמה. הם טוענים כי נסיעות הישראלים לשם תורמות לשיקור הכלכלה הפולנית וכי הם אינם רוצים שיהיה חלק מתהליך כזה של התקרבות אל העבר ואל הנוסר הפולני.

9. סיום

המנחה ישאל/תשאל:

"מה היית רוצה שיקרה לך מבחינה אישית וחברתית במסע? מה לא היית רוצה שיקרה?"

מומלץ מאוד שהתשובות תירשמנה.

התלמידים ירשמו את שמם. יובטח לתלמידים שהדפים יישמרו אצל המנחה וייפתחו שוב במפגש לאחר המסע.

חלק 2 - תלמידים בעיצומו של המסע

המסע עצמו - ממדים קוגניטיביים, התנהגותיים, חברתיים ורגשיים

המסע לפולין הוא מסע של תלמידים בעקבות סיפורה של השואה, ובעקבות סיפורם של בני אדם. הוא נמצא על רצף, בין פעילות מטרימה של הכנה, לבין פעולות המתרחשות לאחר החזרה הביתה. המסע מורכב ממכלול פעולות פיזיות ורגשיות המועברות באמצעות הליכה, הקשבה, האזנה למוסיקה, השתתפות בטקסים ובשיחות פורמאליות ובלתי פורמאליות. אמצעים אלה יוצרים רגשות וחיבור אישי מיידי בין משתתפי המסע. קיימים מרכיבים נוספים המתווכים את החוויה, כגון מהלך וקושי המסלול, תנאי האקלים, הדמויות המשמעותיות כמו המדריך, המורה המלווה, ואיש העדות, אירועים ושיתוף הפעולה בקבוצה (פירוט בפרק 2).

למסע לפולין מרכיבים קוגניטיביים, רגשיים, חברתיים והתנהגותיים.

המרכיב הקוגניטיבי כולל את תכני הידע ופעולות החשיבה וההבנה של התקופה, סקירת האירועים המרכזיים שחלו בה, והדילמות המוסריות והערכיות העולות כתוצאה מלימוד הנושא. מרכיב הידע במסע הוא המשך ללמידה המתרחשת בהכנה, והוא כולל מידע על יהדות אירופה בין שתי מלחמות העולם, חיי הקהילה ותרבותה, ארגונים ותנועות הנוער, תולדותיה של פולין ועוד.

בהתאם לתכנים נבנתה תכנית המסע הכוללת שלושה סוגי אתרים עיקריים:

1. אלף שנות היסטוריה יהודית בפולין, המומחשים בביקורים באתרי הקהילות היהודיות בעבר - עיירות, בתי כנסת ובתי קברות.
2. אתרי שואה ומוות-גטאות, מחנות ריכוז והשמדה, בורות הריגה.
3. אתרים פולניים- אתרי תיירות ופנאי.

מדריך הקבוצה אחראי על מתן מידע, מיקוד תשומת הלב של התלמידים לנתונים הרלוונטיים בנוף, בחירת הטקסטים ויצירת אווירה. תפקידו להעביר את המידע באופן שיעורר הזדהות ורגשות של אמפתיה, וייצור יכולת לדמיין מראות של דברים שנכחדו. המדריך נעזר בהדרכתו באמצעים מגוונים כמו שימוש בתמונות או בעזרים חזותיים, הקראת שירים המבליטים את ה'אין', הקראת סיפורו של ניצול, פרשנות אישית, השמעת מוסיקה ואף סימולציה של מצבים (פלדמן, 1998). לעתים קרובות הופך המדריך להיות הדמות המשמעותית של המסע, ומעורבותו בענייני התלמידים גוברת על זו של המורה המלווה, עובדה היוצרת מצבים קונפליקטואלים .

הממד ההתנהגותי – אל המסע לפולין יוצאים רק תלמידים המעוניינים להשתתף בחוויה החוץ בית ספרית. הצוות המכין את המסע ובודק את התאמת התלמידים אליו, אינו מאפשר לתלמידים שהתנהגותם אינה הולמת, להצטרף למשלחת. דגש מושם על כללים, ציפיות ונורמות התנהגות. נקודת המוצא היא, שככל שקבוצה פנויה מבחינה ארגונית - כך תוכל חווית הלמידה במסע להתרחש בתנאים אופטימאליים. במהלך המסע נדרשים התלמידים לפעולות שונות, מעבר להתנהלות ולהקשבה. עליהם לעמוד בזמנים, לסייע בפעולות ארגוניות, ליטול חלק בטקסים, ולהיות פעילים ביצירת אווירת המשלחת. תלמידים רבים מצליחים להביא לידי ביטוי כישורים וכישרונות שלא נתגלו במסגרת בית הספר, כמו ידע כללי, יכולת מנהיגות, חוש התמצאות, חוש הומור, אמפתיה, תמיכה, סיוע ורגישות לזולת. למרות היותו חלק מהמערך הפורמאלי, מהווה המסע מסגרת לא פורמאלית שיש בכוחה ללמד התנהגויות ולמידות חדשות, שהן בגדר למידה לחיים.

הממד החברתי – במהלך המסע לפולין גוברת עוצמתם של תהליכים חברתיים בקרב המשתתפים, שתפקידם כעמיתים בגיל ההתבגרות משמעותי ונחוץ.

התכנים והמראות במסע, יוצרים חוויות ייחודיות של הווי המחזקות את הקשר בתוך הקבוצה. קשר זה נמשך גם לאחר המסע והמשתתפים הופכים לקבוצה נבדלת בחיי בית-הספר.

הממד הרגשי – הממד הרגשי במסע לפולין הוא מרכיב חשוב ומשלים. היוצאים למסע טעונים ביחס לתקופת השואה, בין אם על ידי הקשר האישי-משפחתי או על ידי הקשר הקולקטיבי של השואה והזיכרון. המסרים הרגשיים המועברים במסע מופנמים על ידי התלמידים באמצעות שילוב של סוגי פעולות שונים, ביניהם פעולה גופנית כגון הליכה ברחבי המחנות או בטקסי הנצחה, ב'מראות שואה' ותפיסה רב חושית של ממדיה. התלמידים מקשיבים לסיפורי העדים המשתתפים במסע ולקטעי קריאה שמקריאים חבריהם למסע, הכוללים סיפורים אישיים של בני משפחה אשר שרדו את השואה. על חשיבותה של העדות ניתן לקרוא בפרק 2. נזכיר שבזכותם יכולים בני הנוער ל'ראות' במו עיניהם את המצב הקיומי בתקופת השואה. נוכחותם של העדים מהווה מעין גשר על פני עשרות השנים שחלפו מאז ועד היום. מרכיב נוסף הוא שיחות הערב, שמטרתן לערוך עיבוד רגשי של החוויות אותן עברו בני הנוער במהלך היום. בשיחות אלה מתקיים דיאלוג בין חברי הקבוצה אודות חוויותיהם, מחשבותיהם ורגשותיהם. מעבר לעיבוד החוויה, יש משמעות לשיחות בהיותן מלמדות ומעשירות את התלמידים ברפרטואר של התמודדויות ובהמשגת נקודות מבט שונות לאותה חוויה. החיבור האישי אל החוויה יקשר אותם אל המסע הפרטי שלהם וימנע ממנו מלהיות סיפור מרוחק, ללא נקודות חיבור משמעותיות. החוויות הרגשיות של התלמידים קשורות גם להצטברות חוויות היום שחלף ומשפיעות על היום הבא. גם לידיעה שהמסע ייגמר יש השפעה על תהליכים רגשיים ועל הגיבוש והדינאמיקה הקבוצתית הנוצרת בקבוצת המשתתפים.

מבט מפסי הרכבת באושוויץ - בירקנאו

חלק 3 - תלמידים - השיבה הביתה

באחד המסעות אמרה תלמידה: "ייקח לי זמן רב לסיים את המסע". נשאלת השאלה, האם יש מועד לסיום המסע? סיום המסע והחזרה ארצה אינם מהווים את תום המסע, וייתכן שאין אפשרות לציין את מועד הסיום. לכל אחד סיום שונה למסע האישי שעבר, וכל אחד עובר תהליך עיבוד אחר.

השיבה הביתה צריכה להיות חלק מהמסע כולו וצריך לראות בה חלק מכל הרצף, על מנת לאפשר למשתתפים לעבד את החוויה, הן ברמת הקבוצה והן ברמת הפרטים.

בשלב השיבה חשוב לאפשר פרספקטיבה, הבנה ומשמעות לידע ולרגש שנקלטו במסע. משמעות החזרה הביתה היא לסגור, ליצור בנרטיב סיפור שהחל בהכנה, עבר דרך המסע ונסגר בסופו. הבנת הרצף תאפשר התחברות אל רצף החיים ואל רצף השגרה, שנקטע על ידי המסע.

המסע לפולין מעשיר את ההבנה ההיסטורית, את ההבנה הערכית - ציונית, אך גם את ההבנה של מהות האדם. השאלות העולות נובעות מהיבטים שונים אלה: ההיסטורי, הערכי, הציוני, האנושי- שאלות אלו עוסקות בבירור הזהות והן ממשיכות לאתגר מתבגרים הנמצאים בשלב של גיבוש הזהות האישית שלהם.

משיחות עם תלמידים, שחזרו מן המסע למדנו שהרבה אירועים שגרתיים יוצרים הד לחוויות המסע, חלקם אירועים ציבוריים וחלקם אירועים אישיים. להלן מספר דוגמאות: נסיעה ברכבת, עמידה בתור למקלחת, שהייה במספרה, מוות של בן משפחה, טקסי זיכרון, כתובת אנטישמית, פיגוע, פיצוץ של בית כנסת וכדומה.

יש לראות בשיבה הביתה שלב בכל התהליך של המסע לפולין. לשלב זה מספר הדגשים רגשיים-פסיכולוגיים שברצוננו לציין:

א. חזרה לשגרה.

ב. מפגש עם אלה שלא יצאו למסע.

ג. המשך עיבוד החוויה.

ד. מעקב אחר תלמידים החוזרים ואיתור תלמידים המתקשים להתמודד.

א. חזרה לשגרה

הנחיתה מן המסע דורשת זמן הסתגלות. המעבר מחוויות המסע אל שגרת הלימודים הוא חד ויש לתת את הדעת על כך שהחזרה לבית הספר היא תובענית ביותר. בתקופה זו נדרשים המתבגרים להתמודד עם מבחנים ומצופה מהם להשיג הישגים גבוהים, שיבטיחו את עתידם.

הצוות החינוכי צריך להיערך כדי לעזור לתלמידים אלה ולסייע להם להשלים את הפער. מעבר לכך, יש להיות ערים לשינויים במבנה החברתי בעקבות המסע, ולשינוי, גם אם זמני, של השתייכות והתנהגות.

יש לקחת לתשומת לב את עובדת ההתמודדות עם המוות המתרחשת במסע. בין אם מדובר בהתמודדות עם מותם של מיליוני יהודים בשואה, ובין אם האובדן הקולקטיבי עורר התמודדויות קודמות של מוות קרוב, יש לזכור כי כל התמודדות עם מוות בגיל זה עלולה לעורר רגשות אשם, תחושת בדידות וחוסר אונים.

בחזרה ארצה מתקיימת פרידה מהקבוצה שהייתה כל כך משמעותית, ופרידה מהמדריכים ומהמלווים, שהיו חלק מהחוויה שחוו בזמן המסע. אלה עלולים להוות קושי עבור חלק מהתלמידים.

חשוב מאוד שתתקיים שיחה של צוותי החינוך בכיתה בנוכחות היועצת (או בהנחייתה) והמלווים שליוו את התלמידים במסע, על מנת שיוכלו לשים לב ולהיות ערים לתלמידים שעלולים לגלות קושי בחזרה לשגרה. יש להדריך את הורי התלמידים לשים לב לכל שינוי משמעותי בתגובות ובהתנהגות.

ב. מפגש עם התלמידים שלא יצאו למסע

התלמידים במסע עוברים חוויות משמעותיות בעוצמות שונות, בהתאם לשונות של התלמידים ולשונות באופי הקבוצה. במסע נוצרו תהליכים קבוצתיים משמעותיים. על רקע התנאים הייחודיים של המסע נוצר צורך בהתחלקות בחוויות וברגשות ברמה הקבוצתית. הקבוצה שהתגבשה עשויה להיבדל מן השאר. מכאן, שהמפגש עם המורים והתלמידים שלא יצאו למסע עשוי להיות מורכב. התלמידים השבים יכולים לחוש שלא מבינים אותם ואת החוויה שעברו, ואילו התלמידים שנשארו עלולים לחוש תסכול על רקע של החמצת החוויה.

בתי ספר רבים נותנים את הדעת לתלמידים הנשארים בארץ ומקדישים את ימי המסע ללימוד נושא השואה בדרך חווייתית על ידי גופים מקומיים. (הרחבה בפרק בנושא התלמידים הנשארים בארץ).
בבתי ספר שונים נוהגים צוותים חינוכיים לבוא ולקבל את התלמידים משדה התעופה. מפגש זה מבטא אמירה "אנחנו שמחים שחזרתם...", "אנחנו פה בשבילכם, כדי ללוות אתכם בחזרתכם..."

רובע קאז'ימייז בקרקוב

ג. המשך עיבוד החוויה

העיבוד הרגשי, הכולל סגירה ויצירת רצף עם מהלך החיים, חשוב לשם חיזוק היכולת לשוב לאורח החיים הרגיל ולמשימות השגרה. תהליך עיבוד החוויה הוא אישי ומתרחש בהקשרים שונים, תוך שונות רבה בין התלמידים. אנו ממליצים ליזום מספר מפגשים של המשלחת לאורך השנה כדי לעודד את המשך הלמידה האישית מהמסע. למרווחי הזמן יש משמעות בתהליך העיבוד. חלק מהמפגשים כדאי שיהיה סמוך לחזרה וחלק - בהמשך, במרווחי זמן.

יום השואה, יום הקדיש הכללי יכולים אף הם להיות גורמים מזמנים למפגש ולשיחה.

מתבגרים יכולים להרוויח ממפגשי הקבוצה, בה יוכלו להביע באופן חופשי את רגשותיהם, ולחוש אמפתיה וקבלה. בקבוצות אלה יש למתבגר הרשות להיות עצוב, לדעת שרגשותיו נורמאליים והוא לומד שעוצמת הרגשות לא נמשכת לנצח.

באמצעות השיחות ניתן יהיה לאתר את מי שמתקשים לחזור לרצף חיי השגרה, את מי שמתבטאים בקיצוניות, או את מי שאינם מסוגלים באופן קיצוני להתחלק בחוויה בקבוצה. את התלמידים האלה יש לזמן לשיחות אישיות. (הרחבה בפרק 4).

עריכת מפגשים העוסקים בנושאים כגון:

1. דילמות ושאלות שעלו אצלנו בעקבות המסע ...
2. הזיכרון הקולקטיבי - כיצד מתחברים בני הנוער לנושא ומהו החלק שלהם? היכן מרגישים מעורבים/תורמים?
3. המפגש שלנו עם המוות.
4. בניית הזהות - איך ממשיכים את זה? מתוך האסון והמוות שראו - מה יפנימו לתוך עולמם, לתוך ההוויה, כך שלא יגבירו אצלם את האימה.
5. הגיוס לצה"ל - המתבגרים שעומדים להתגייס בעתיד הקרוב, השאלות/והדילמות הערכיות הרלוונטיות....
6. המסע בפרספקטיבה לחיים היום....
7. המסע כמלמד על החיים, כנותן משמעות לחיים (ציפיות/משימות לעתיד - חשוב לסיים במבט לעתיד, כחלק מהחיבור לרצף ולשגרה).

דוגמאות לשאלות הפותחות שיחה פנימית (רפלקטיבית):

1. מה למדתי על עצמי, כמי שמתמודד/ת עם חווית המסע? כמי שמתמודד/ת עם שינויים?
2. זיהוי מרכיבי החוסן והכוחות שסייעו לי בהתמודדות.
3. המסע הפנימי והאישי שעברתי: אילו זוויות חדשות למדתי על עצמי?
4. מה עשה המסע להשקפת עולמי כאדם, כחלק ממשפחה, כאזרח/ית, כיהודי/ה, כציוני/ת?
5. אילו חלקים פגשתי במסע שלא היו קשורים למסע? ולחלופין, מתי באירועי היום יום מצאתי את עצמי "חוזר/ת" למסע?
6. אילו שאלות נשארו לא פתורות והייתי רוצה לחזור ולדבר עליהן?
7. למי חשוב לי לספר את חוויות המסע?
8. איך הייתי מכין/ה את עצמי אחרת למסע?
9. למי הייתי ממליץ/ה לא לצאת למסע? (האם לדעתך זהו גיל מתאים לצאת, ולמה?).
10. מה היה קורה לי אילו לא הייתי יוצא למסע?

מפגשים רגשיים לאחר המסע

מומלץ שאותם מנחים אשר התלמידים פגשו בטרם המסע יפגשו עמם גם לאחר המסע. יצירת הרצף תאפשר סגירה וסיום טוב יותר של המסע וכך והמפגשים יהיו אוטנטיים יותר.

הפעילות המומלצת כאן מהווה השלמה למפגשים לאחר מסע בדמות המפגשים שבהם רואים סרטי וידאו, מציגים אלבומי תמונות, מפגשי משלחת. הרציונל המנחה במפגשים לאחר המסע הוא לסייע בסיום, בסגירה ובשימור החוויה אצל המשתתפים במסע.

* ניתן לפתוח את הפעילויות בעזרת קטע מוזיקאלי, קטע מסרט או קטע קריאה, אשר יאפשרו את יצירת התנאים למעבר לשיח באווירה מתאימה.

דוגמאות למפגשים לעיבוד החוויה:

1. המסע לפולין כפי שנתפס היום

פעילות דומה למהלך הפתיחה שהוזכרה במפגש ההכנה בטרם המסע.

עקרונות ההפעלה דומים להפעלת ההכנה, בעמ' 41.

יש מקום להתייחס לתוצאה שהתקבלה. לאחר מכן ניתן להשוות את התוצאה למה שנעשה בטרם מסע, לבדוק מה נשתנה אם נשתנה.

2. זיכרון מהמסע

"מכל החוויות והאירועים שעברתם במסע, מה אתם בוחרים לקחת לעצמכם כזיכרון אישי מהמסע?" חשוב לתת לגיטימיות למגוון הזיכרונות והחוויות. (או לחלופין: "מכל התמונות שצילמת במסע איזו תמונה הכי משמעותית עבורך ומדוע?")

3. חבירה לציפיות בטרם מסע

מחלקים לתלמידים את הדפים שכתבו לפני המסע, אודות ציפיות אישיות וכלליות מהמסע מאפשרים להם לעיין בהם ומבקשים מהם להתייחס לתפיסות, לעמדות ולרגשות שהביעו לפני המסע ואחריו.

4. ייעוץ לאחרים

"תלמידים מכיתה י'א מבקשים מכם ייעוץ והדרכה לגבי המסע לפולין, מה תאמרו להם?"

"אתם מוזמנים לכיתה שמתחילה בתהליך לקראת היציאה למסע, מה תאמרו לתלמידים?"

5. משוב על ההכנה בתחום הרגשי

"אנו, המנחים, מבקשים להתייעץ אתכם לגבי הפעילות שנעשתה עמכם על ידינו. מה לדעתכם היה יעיל, מה מיותר, מה חסר, מה אתם מייעצים לנו במפגשים עם קבוצות אחרות?".

6. פנל בעלי תפקידים /הצגת דעות שונות

ניתן להציג את החוויה מזוויות שונות, בעזרת תלמידים / אנשי עדות/ מורים/ הורים וכדומה. אפשר להקריא קטעים שנכתבו ואשר יוצגו על תלמידים בפנל, כפתיח לדיון על משמעות החוויה.

דוגמאות לרעיונות לעיבוד נוסף של החוויה

1. עריכת יומן/חוברת מסע, המלווה בתמונות מהמסע.
2. עריכת סרט הקבוצה/המשלחת המתעד את המסע. לתיעוד המצולם יש משמעות בעיצוב הזיכרון **ולכן חשוב שחבר מצוות המורים ילווה את העריכה ויוודא כי יש ייצוג הוגן של כל הקבוצות שהשתתפו במשלחת, על מנת שלא תיווצר עוגמת נפש!.**
3. הכנת תדריך לקבוצה הבאה היוצאת למסע.
4. הכנת טקס בית ספרי/קהילתי. כאן יש לשקול את השתתפותם של מי שלא היו במסע, אם הם מעוניינים. (נוצרת תחושה שטקסי יום השואה הופכים להיות קניינם הבלעדי של מי שיצא למסעות. חשוב לזכור כי אי יציאה אין פירושה חוסר התעניינות בנושא) .
5. אימוץ קהילה/ פרסום סיפורים אישיים של ניצולים במקום המגורים.

ד. מעקב אחר תלמידים החוזרים ואיתור תלמידים המתקשים להתמודד

מרבית בני הנוער היוצאים למסע לפולין מצליחים לחזור לחיי שגרה תקינה, ועומדים בהצלחה במשימות הנדרשות. עם זאת, אחוז קטן מאוד יגלה קושי ויזדקק לטיפול פרטני ולתשומת לב מיוחדת. עבורם מהווה המסע, בדרך כלל, כטריגר לבעיות קודמות, כגון: אבל, טראומה, גירושין מורכבים, פגיעה וכד'.

איתור בני הנוער הללו ייעשה באמצעות בדיקת תפקודם היום יומי, בעזרת דיווח מההורים או מהמחנכים. כאמור, חשוב לקבל מידע מהצוות שליווה את המסע על מנת לסייע למי שהתקשה להתמודד במהלך במסע.

מיהו התלמיד לו אנו חוששים? מיהו התלמיד בסיכון?

- התלמיד/ה המתבודד/ת והמגלה חוסר יכולת קיצונית להתחלק בחווייה.
- התלמיד/ה שמגלה סימני דיכאון, שמבטא/ת שינויים קיצוניים במצב הרוח, ושאמירותיו/יה ותגובותיו/יה קיצוניות.
- תלמיד/ה שאינו מתפקד/ת לימודית, כלומר היעדרויותיו/יה מביה"ס רבות ותכופות ו/או שאינו/ה מתמיד/ה בלמידה, בניגוד לתפקודו/ה לפני המסע. (יש לשים לב לתלמידים פרפקציוניסטים, כיוון שהם נוטים להיות קיצוניים יותר).
- תלמיד/ה שבמהלך שיחות ודיונים מציג/ה עמדות קיצוניות כגון: "הפסקתי להאמין בעקבות המסע", "אחרי המסע אני מרגיש/ה שדברים שהיו חשובים לי קודם אינם בעלי משמעות" וכד'.

חשוב להפנות תלמידים אלה לשיחה עם היועץ/ת או עם פסיכולוג/ית ביה"ס. אם יאותרו תגובות פוסט טראומטיות: יש להפנות לטיפול. חשוב לבדוק את משך הסימפטום, עד כמה מצליח/ה המתבגר/ת לחזור לחיי היום יום וכיצד מתפקד/ת. הרחבה על האיתור והטיפול בתלמידים בסיכון בפרק 5.

ב. הכשרת המורים המלווים לתפקידם

בחירת המורים המלווים נעשית על ידי מנהלי בית הספר, והיא בדרך כלל פועל יוצא של וותק או נכונות להשתתף. כך ייתכן מצב בו לחלק מהמורים יהיה קושי להתחבר לנושא או לחווייה הבלתי פורמאלית ולדרישותיה. הלכה למעשה, רוב המיומנויות הבאות לידי ביטוי במסע מתקיימות גם במערכת החינוך הבית ספרית, אך על המורה המלווה להיות מודע ומוכן לקראת משימתו.

הכנה נכונה להבנת הדרישות הייחודיות של התפקיד ולמודעות לגבי ההשלכות של התפקוד יוכלו לסייע למורה המלווה להגיע מוכן/ה ולהביא עצמו/ה לידי ביטוי מקסימלי !!!

תהליך ההכנה שעוברים המורים המלווים עם תלמידיהם ובמסגרת ההשתלמויות למורים המלווים מכינים אותם לקראת מסעם האישי ומסעם התפקודי.

לנו ברור כי למורים המלווים תפקיד משמעותי וקריטי במסע ולכן אנו מייחדים פרק לכל אחד משלבי המסע: בהכנה, בליווי המסע ולאחר השיבה הביתה.

פרופיל הנתונים הנדרשים מהמורים המלווים:

- בגרות נפשית וביטחון עצמי המאפשרים להם ויתור על מקום מרכזי
- יכולת תמרון בין אנשים לבעלי תפקיד ולבעלי אינטרסים שונים
- חוסן נפשי
- ידע בתהליכים קבוצתיים
- ידע בנושאים הקשורים בגיל ההתבגרות
- יכולת ליצור קשר טוב עם בני נוער
- מיומנות בניהול שיחות קבוצתיות
- ידע ומיומנות במצבי דחק ויכולת לתמוך באנשים במצבי חרדה
- הבנה ומיומנות בעבודה בתוך "מערכת" כמו משלחת
- ידע על מהלך המסע לפולין
- אמונה בנחיצות ובחשיבות המסעות

דמותם של המורים המלווים - ההכנה למסע

חשיבות דמותם של המורים המלווים והקשר שהם יוצרים עם המשתתפים במסע משמעותית ביותר. דמות זו צריכה להקרין אכפתיות, סמכותיות ואמפתיה. המורים המלווים צריכים להיות אנשים בעלי יכולת ארגונית, המסוגלים לטפל בענייני משמעת בצורה גמישה ויצירתית. עליהם לשדר פניות לתלמידים, נכונות ליצור קשר בלתי אמצעי ולהעניק תמיכה רגשית.

הכנת המורים לחלק הרגשי האישי שלהם כוללת מפגש בין שני התפקידים שימלאו במסע:

המורה - המלווה האחראי/ת על קבוצת תלמידים והמשקיע/ה בכך מאמץ רב ביותר.

המורה - האדם. לרוב תהיה זו עבורו/ה הנסיעה הראשונה לפולין, והוא/היא יחווה/תחווה בה מסע אישי.

המשגת ההבדלים בין תפקידם של המורים בבית הספר לבין תפקידם כמורים מלווים במסע

המורים המלווים מגיעים אל המשלחת עם כישורים קיימים של אנשי חינוך. על מנת שיוכלו להבין יותר את חשיבות התפקיד המשמעותי הצפוי להם במסע המתקרב, ערכנו רשומה הממשיגה את ההבדלים בין תפקיד המורים בכיתה / בביה"ס לתפקיד המורים במסע לפולין.

המורים בביה"ס לעומת המורים המלווים במסע

1. בביה"ס ה"סֶטינג" מאוד ברור: יש שיעור, מורה - תלמידים, מבחנים, ציונים... ההיררכיה הניהולית ברורה מאוד ולכל בעלי תפקיד הגדרה המוכרת מעבודתם.

   במסע ה"סֶטינג" משתנה ונעשה שונה מזה הקיים בביה"ס. המורים מתוודעים לפונקציות חדשות ולא מוכרות, כגון ראש משלחת, מדריכים, מאבטחים ועוד. לגבי הקבוצה אותה מלווים - יש למורה סמכות אך היא שונה בשל השפעת גורמים שונים. לעיתים אין המורים המלווים מכירים את בני הנוער, או שלא לימדו אותם, דבר שעלול להקשות על תפקודם.

2. המורה המקצועי/ת מנהל/ת את הכיתה, מתכנן/ת את התכנים שיועלו, את משך הזמן שיוקדש לכל שלב בשיעור, ואת אופן הדיאלוג עם התלמידים.

   המסע, לעומת זאת, מנוהל על ידי אחרים, ועל המורים ללמוד בזמן אמת מי אחראי ועל מה. אגב, בכל משלחת נוצרים תנאים שונים, התלויים בתפיסת התפקיד ובאנשים המרכיבים את המשלחת.

3. בביה"ס המורה היא/הוא בעל/ת הידע והמקור להעברתו אל התלמידים, ואולם למורים המלווים אין ידע עדכני אודות התנהלות המסע ותכניו. (גם אם מדובר במורה להיסטוריה, הידע על עובדות היסטוריות הוא רק חלק ממהות וממטרות המסע). לעיתים גם אם יש למורה ידע לגבי מהלך הזמנים והתכנים של המסע, זה לא מונע ממנה/ו לחוש תסכול ואי נוחות.

4. הטיפול בבעיות משמעת יכול להיעשות על ידי המורה, או שבאפשרותה/ו לפנות למחנך הכיתה, רכז, מנהל, יועצת וכו'... הטיפול המשמעתי במסע הוא שונה. כאן צריך להשתמש בכישורים ובסנקציות יצירתיות יותר. אגב, התוצאות והשינויים הם מהירים יותר...

5. יחסי מורים - תלמידים תלויים בעיקר בתפיסת המורים את תפקידם.

   בכיתה המפגש עם התלמידים הוא לפרקי זמן קצרים וקבועים, 2-6 שעות בשבוע באותה כיתה.

   במסע המרחק בין מורים לתלמידים משתנה, הקרבה גדולה יותר עקב השהות הממושכת (24 שעות ביממה). מצד אחד - המורים עלולים לאבד את הסמכות ואת היכולת להיות מרוחקים, ומצד שני - הקרבה עשויה לסייע בעת הצורך בהרגעה, בתמיכה, ובהבנה. היכולת להיות קשובים לתגובות והאפשרות ל"גלות" צדדים אחרים באישיותם של התלמידים, שלא באים לידי ביטוי בשיעור, כגון מנהיגות, אחריות, חוש הומור, עזרה הדדית וכו' היא משמעותית ביותר ומאפשרת דיאלוג מסוג אחר.

6. בעבודה הבית ספרית מתחלקים המורים עם אנשי חינוך נוספים באחריות לשלום תלמידיהם.

במסע - האחריות לשלום התלמידים היא טוטאלית בתחושה ובפועל. יש לוודא שכולם נוכחים לאורך כל המסע ולאחר כל עצירה. דאגת המורים כוללת את יכולת התפקוד הפיזי של התלמיד ויכולת התארגנותו במהלך המסע (השכמות, דרכונים, נוכחות, אכילה, שינה...) תפקידם כ"הורים" מקבל משמעות אמיתית - לטוב ולרע.

7. בחיי היום יום אחראים המורים על החינוך של התלמידים, ועל ההוראה.

במסע מתרחבת ומתעצמת קשת התפקידים החינוכיים : על המורים לדעת לאתר, לתמוך, להגיב, לחזק, לעודד, להקשיב ולהבין... או בקיצור - לדאוג לרווחתם הרגשית-נפשית של המתבגרים במסע.

8. שיתוף פעולה - בחיי ביה"ס פועלים המורים לבד בכיתה, אולם במקביל יש מעגלי שיתוף פעולה עם מבוגרים אחרים בצוות הכוללים את הצוות המקצועי או את המחנכים בצוות השכבה.

בפולין נוצר שיתוף פעולה מסוג אחר: במשלחת נוצרת חשיפה ולכידות קבוצתית וקיים הרצון ליצור מסע משותף משמעותי. על המורים להיות בקיאים בתהליכי היווצרות קבוצה ועליהם לדעת כיצד לנווט את התלמידים לקחת חלק פעיל בתהליך זה.

המסע לפולין הוא מסע של כסא בחיים, בדרך כלל... הוא מאפשר למורים ללמוד על עצמו השוואה בדרך חווייתית ובמקום בו התרחשו האירועים עצמם. בעומדן לה הוא יוצא דופן ומרתק במיוחד. הוא כולל סיור באתרים קשים ומרגשים ובמקומות יפים ומרשימים.

חווייתי המסע מצמצת מפגש בין אישי מרתק עם אנשים ממקומות אחרים ומעולם מקצועי שונה, וחשוב שהמורים יהיו מודעים לכפי להם ויהיו פתוחים לקלוט וללמוד כמה שניתן.

החברויות שנוצרות במסע הופכות לעתים קרובות למפגשים משמעותיים ביותר לחיים, למרות משך הזמן הקצר של המסע. אך יותר מכל, המסע מאפשר למורים להביא ביד ביטוי את היכולות שרכשו כמחנכים של נוסר ישראלי.

המפגש הקרוב עם התלמידים וההקשבה למחשבותיהם ורגשותיהם מעשירים ונותנים פרספקטיבות מעניינות לחיים הן למורים והן לתלמידים!

שער הכניסה לאושוויץ 1 - "העבודה משחררת"

לפני המסע - פעילויות למורים המלווים

המטרה: להעצים את תפקיד המורה המלווה בחוויה הייחודית של המסע לפולין, תוך מתן ידע וכלים שיאפשרו לו למלא את תפקידו באופן המיטבי.

1. הכנת המורה המלווה לקראת תפקידו/ה במשלחת לפולין כאדם, כמורה וכאיש צוות.
2. יצירת הגדרה מקיפה של תפקיד המורים המלווים, שתסייע לתפקוד ולהגברת המודעות.
3. החיבור למסע האישי והשלכותיו על תפקידי המורים המלווים (תפקידים טכניים, ארגוניים, אישיים, בין-אישיים, קבוצתיים ועוד).
4. העצמת יכולות קיימות אצל המורים המלווים לצורך התמודדות עם מצבים לא מוכרים או קשים במהלך המסע (מאתרים, תומכים, מסייעים, מנחים, מובילי קבוצה ועוד).
5. מתן הדרכה בנושאי תהליכים קבוצתיים והשלכתם על הטיפול, התמיכה ולכידות הקבוצה.

שאלות מפתח לעיבוד בקרב המורים המלווים, לפני המסע:

- המניעים להצטרפות למסע...
- המפגש בין הסיפור האישי/המשפחתי לבין הסיפור הקולקטיבי...
- החיבור בין המסע האישי לבין התפקידים הארגוניים, הטכניים והמשמעתיים הקשורים בתפקיד המורה המלווה במסע...
- התכוננות למסע באמצעות המשגה והבנת ההבדלים בין תפקוד המורה בביה"ס לבין התפקוד במסע...
- מה על המורים המלווים לדעת על התלמידים היוצאים?
- דילמות סביב ההתמודדות עם תלמידים המשתמטים מפעילויות הכנה... סביב ההתמודדות עם תלמידים שלא אושרה יציאתם... סביב התנהגויות צפויות של תלמידים...
- היכרות עם משמעות המסע בגיל ההתבגרות.
- הטרמה (סימולציה של תפקיד ההנחייה של קבוצת מתבגרים...)
- כללים לניהול שיחות הערב, הנושאים המועדפים.
- זיהוי "נורות אדומות" בקרב התלמידים, דרכי תגובה והתמודדות, הסתייעות באנשי צוות נוספים...
- כלים לניהול שיחות בלתי פורמליות - עד כמה לחשוף ואיך לסגור שיחה.
- כישורי שיתוף ושיתופיות בצוות העמיתים.
- דילמות סביב התנהגויות של בני הנוער במסע: עישון, תגובות קיצוניות, אדישות מופגנת, התבודדות... ועוד.

מורים חוששים ומתלבטים

אני מורה, דור שני לניצולי השואה. המסע לפולין "תופס" אותי חזק כל כך ואני מפחד שאתפרק לפני תלמידיי. אני לא רוצה לבכות לידם כי אני חושש שמא יחשבו שאני חלש ולא סמכותי. אנא עצרו לי..."

"במסע הראשון שלי כמורה הייתי כל כך עסוקה בארגון הקבוצה ובבאושה לילדים, עד כי ממש לא הצלחתי להקשיב ולשמוע את הסברי המדריך ולא הצלחתי להפנים את המראות השונים. בחודש הבא אני יוצאת שוב עם תלמידי בית ספרי ורוצה לדעת כיצד לשנות את הדברים."

"השבוע נפגשה הקבוצה אותה אני מלווה עם המדריך שלנו לפולין. התרשמתי מאוד מהידע שלו ומהכריזמה שהפגין כלפי התלמידים. הרגשתי ממש מיותרת וחסרת ידע, ואני חושבת שאולי עליי לעשות משהו בנדון, אבל איננו יודעת מה..."

"אחד הדברים שהכי מפחידים אותי לקראת היציאה הוא לא התמונות המצמצמות ולא החפצים שנשארו מתקופת השואה, אלא דווקא הלילות והריצה אחר התלמידים המסתובבים במסדרונות בית המלון... שמעתי שצה בדרך כל מה שהמורים עושים ומל צה הם מוציאים את מירב הכוחות.. האם צה נכון ואם כן, מה אפשר לעשות?"

"בקבוצה אותה אלווה קיימים כוחות חברתיים חזקים ביותר... תלמידים אלה מכירים מזיל הגן בדרך וכללי הקבוצה לא מתקיימים עדורים. האינטרלות והמתחים הם עצומים וגם בארוך מחנך הכיתה אינו מצליח לנווט ולהרגיע אותם. אני המורה שלהם למתמטיקה ואני חושבת שהמצב הזה ישפיע על התנהלות הקבוצה. מה ניתן לעשות, אם בכלל?...."

לפניך מכתב שכתב מורה מלווה על חוויותיו במסע, חישבו עם אילו מחשבות אתם מזדהים? התוכלו לשער ממה נובעים קשייו של המורה? מה ניתן היה לעשות כדי להכין אותו למסע?

יומני היקר,

היום הבא היום הרביעי למסע ואני שואל את עצמי: "מי אני? האם אני המורה מיכאל מהגימנסיה, שנבחר אחר כבוד לווות את הקבוצה? המורה השקול, הידען וה...". אני נזכר כמה גאוה ושמח הייתי כאשר הודיע לי המנהל שבחר בי לתפקיד חשוב זה... קשה לי להאמין שאני במסע ושולל לכל מה שקורה בו. אני רואה את החבר'ה ופשוט שתלאו נתת! לדוגמא, אתמול היינו במאוידנק, הגענו להר האופר בעצת ערב די מאוחרת, השמש כבר שקעה כשהתכנסנו לקראת הטקס ומה אגיד? הטקס שהכינו החבר'ה היה רגיני כל כך, מרגש כל כך, ונגעת ללב! אין לי מילים לתאור. ובמיוחד הריקוד שהכינו הבנות לשירה של ריטה, בבגדים שחורים ובענוגות נגות.. הייתה בו חוויה בלתי נשכחת לכולנו...

אני מרגיש שחלק מהקבוצה כבר נכנסו לעניינים ולקבב המסע והם עוברים בארגון ובהסמסת המצוודות, על פי הענייות שארגנו מראש. אבל מצד שני מתרחשים כמה דברים שאני לא ממש מבין ולא יודע איך לקבל... אתן לך כמה דוגמאות:

אתמול, כשיצאנו מאוידנק הייתי נתון לסערת רגשות ושקוע כולי במחשבות, והנה ניגש לפני המדריך ובטון מאוד לא ידידותי אומר לי: "המורה! אולי תבאש לחנך את תלמידיך! הם לא מפסיקים ל"רדת" על עומר שבוכה. אופשר לחשוב שהם יצאו כרגע ממסיבה, הם בכלל לא מתחברים!"

ואם לא די בצבאת, בשיחת הערב לא הצלחתי לרכל את החבר'ה ולגרום להם להתחלק בחוויות, כמה מרגיל! בביה"ס אני נחשב למורה מאולה ולמחנך שיודע להפסיל את תלמידיו, ואילו כאן הכל הולך על בד שמאול, מה קורה לי?....

אני מוכרח להפסיק שכן מחול לחדרי נשמעות בעקות (אול על פי שהשעה כבר 2 אחר חצות..) ....יצאתי החוצה ומצאתי מספר

תלמידים שהחליטו כי חבל "לבזבז" את הזמן על שינה. שכנעתי אותם להירדם ולחזור לחדרים, ואני, משמוש ברגשות ובחוויות חצרתי אליך יומני. אני מוכרח להתוודות ולומר כי לא חשבתי שיהיה לי כל כך קשה...

טוב, אמשיך מחר. אני חייב ללכת לישון. בבוקר קמים מוקדם ולפויה לנו נסיעה ארוכה לכיוון קיבוץ...

לילה טוב

מיכאל"

...ועוד כמה מילים על מיכאל, המורה המלווה שלנו:

ניסינו להיכנס לנעליהם של המורים המלווים דרך "דף ביומנו" של המורה מיכאל, ורצינו לראות דרכו מהם הקשיים העומדים בפניו לאורך המסע על כל שלביו. חשנו יחד עמו כיצד "הקטינו" אותו, כיצד הוא מאבד את מקומו הטבעי והופך למעין "חניך תורן" במסע, ולמעשה חווה משבר זהות. חשנו באיבוד תחושת הביטחון העצמי שלו, בתחושת הבדידות במסע, בהיותו "בתווך" - בין תלמידיו לבין המדריך. ניסינו להבינו דרך הקושי הפיזי המוחשי במסע, בו הוא נמצא בתפקיד 24 שעות ביממה במשך שמונה ימים, כיצד הוא מתפקד במצב משברי, בו הוא מוצא עצמו מוצף רגשית, ומבולבל. ניתן לומר כי מיכאל שלנו שרוי בעומס הנובע ממסעו האישי וממסעו בתפקיד, ועקבנו כיצד הדברים מתבטאים במפגשו עם ה"עצמי" שלו בזמן זה. להערכתנו תפקיד המורים המלווים הוא מורכב וחשוב במיוחד, ולכן ראוי למקד בו מאמצים מיוחדים ! לפיכך הכנו כמה "עצות טובות לדרך" שאספנו מסדנאות שונות של מורים, פסיכולוגים ויועצים. לדעתנו, כדאי לאמץ אותן טרם המסע, על מנת שאפשר יהיה להתמודד טוב יותר, לצמצם את עוגמת הנפש ולהעצים את סיכויי הצלחת המסע:

כמה "עצות טובות לדרך" לכם המורים המלווים

- ...**תרגל/י** בתהליך ההכנה מספר סיטואציות קונפליקטואליות בהן משובצים גם בעלי התפקידים האחרים. כך יזוהו מראש קשיים אפשריים וכוחות פוטנציאליים במגוון מצבים.
- ...**הקפד/י** לראות כי נעשתה, טרם המסע, חלוקת תפקידים ברורה ומפורטת לגבי מטלות המסע, על מנת שהעבודה תתחלק באופן נכון וברור בין כולם (כולל תלמידים, הורים מלווים אם ישנם - וצוות).
- ...**התעקש/י** על קיום מספר מפגשים עם התלמידים לפני המסע, בהם יהיו הפעלות משותפות למורים ולתלמידים, על מנת ליצור היכרות מקדימה וזיהוי נקודות לתמיכה, לאהדה ולעבודה משותפת.
- ...**אמץ/י** כלפי התלמידים עמדה שאינה מתמקדת בסמכות ובצורך להפעיל סמכות, אלא בעמדות בהן מובעת כלפי התלמידים אמפתיה, תמיכה ועוד.
- ...**שקוד/י** על תיאום הציפיות עם בעלי התפקידים אך בעיקר עם המדריך, איתו יש לך הרבה מגע במהלך המסע ושם גם נמצא הפוטנציאל הקונפליקטואלי.
- ...**ערוך/ערכי** חוזה ברור עם התלמידים לגבי ההתנהלות במסע. היה/היי נכון/ה למציאת פתרונות יצירתיים אשר יוכלו ל"עבוד" בשטח...
- ...**קיים/י** שיחה עם התלמידים לגבי התמודדויות במצבי לחץ באופן אישי ובאופן קבוצתי.
- ...**רענן/י** טרם המסע את הידע המיוחד על גיל ההתבגרות, בעיקר בהתייחס לחוויה מהסוג המתעורר במסע... המפגש עם חוויות קשות... עם הנוראיות של העולם... עם ההשפלה האכזרית והמוות...
- ...**נסה/י** לקחת אתך מיומנות של ניהול "שיחת ערב" עם התלמידים. השיחות האלה מאוד משמעותיות ויש לך תפקיד

חשוב בהן. קח/י לך שאלות מפתח וטיפים חשובים לניהול השיחה.

- ...**דאג/י** לכך שבערבי המסע יארגנו המבוגרים פורום לוונטילציה ו/או לחשיבה משותפת. השיחות הללו מקטינות את הבדידות!
- ...**קח/י** את המסע כהזדמנות ליצירת קשר אחר עם התלמידים. הדבר מחזיר לעיתים את התקווה אל תוך יחסי מורה-תלמיד!
- **השתדל/י** לא לשמור את בדידותך במסע (אם אכן היא קיימת) לעצמך, שתף/י מישהו (אולי את היועץ/פסיכולוג המסע...) וכך תחלוף חלק מהבדידות. הצורך בתחושת השייכות מתגבר במסע וגם תלמידיך חשים בו.
- ...**סע/י** לשלום וחזור/י בשלום, נחכה לך. את/ה עושה עבודה מאוד חשובה!!!

במהלך המסע - המורים המלווים ותפקידם

למורים המלווים תפקידים רבים ושונים מתפקידיהם המסורתיים בבית-הספר והם שונים אף מטיולי בית-ספר. עבודתם, הנמשכת מסביב לשעון כוללת ארגון תלמידים, עמידה בזמנים, תמיכה רגשית, טיפול בענייני משמעת, ניהול שיחות אישיות וקבוצתיות ועוד. מעבר לכך, הם חווים חוויה אישית אינטנסיבית בו-זמנית, המקשה עליהם להיות פנויים וקשובים לצורכי התלמידים.

מעבר לסיבות שצוינו לעיל, יש לזכור כי המסע הוא חווייה ייחודית באינטנסיביות שלה ובמשך זמן השהייה הארוך המשותף עם התלמידים. לכל מורה קצב אחר ורצון שונה לחשיפה אישית. יש לכבד זאת! עם זאת, יש להיות מודעים לכך שתגובת המורים משליכה על התגובות הרגשיות ועל תפקודם של התלמידים במהלך המסע. התנהגות המורים המלווים מהווה "מודלינג" לתלמידים: הם צופים באופן התמודדותם.

המלצות למורים המלווים למהלך המסע:

1. כדאי ורצוי ליצור שיחות מזדמנות ובלתי פורמאליות עם תלמידים במסע.
2. המורים המלווים הם "גלאי קשיים" של תלמידים במסע. לפיכך, עליהם להיות קשובים, פנויים למעקב ולאיתור התלמידים המתקשים. עליהם להיות מצוידים בכלים בסיסיים שיינתנו להם בהכנה.
3. צוות המורים או צוות המשלחת יכול להוות בסיס לתמיכה הדדית ולדיונים בלתי פורמאליים על החוויות ואירועי היום-יום.
4. בבעיות משמעת או קשיים חברתיים הנוצרים במהלך המסע - יש לעיתים לערוך חשיבה בפורום של הצוות, על מנת לראות תמונה מלאה ולהפעיל שיקולי דעת אודות דרכי תגובה/פעולה והשלכותיהן.
5. יש לדאוג ליצירת אווירה קבוצתית נעימה. הדרכים לכך מרובות ויצירתיות מאוד: פינוקים קבוצתיים, ארגון שירה בציבור והווי קבוצתי בנסיעות באוטובוס, חגיגת ימי הולדת ועוד.
6. חשוב להבהיר לתלמידים, שהתמיכה העיקרית שלהם, אחד את השני, היא התמיכה העיקרית בעת קושי. לתמוך פירושו לשמוע, להיות ער ל..., להקשיב ולהיות שם בשביל האחר.
7. התפקידים שניתן להטיל על תלמידים במהלך המסע הם:
   - להיות ערים לתגובות החברים.

- לתת תמיכה של הקשבה למי שזקוק לכך.
- לעקוב אחר חבר שאינו אוכל או שמתקשה לישון, ולצפות בו.
- לא להשאיר אף אחד לבד - זה לא המקום לבודד או להחרים חבר למשלחת.
- המסר הכי חזק ברגע של התרגשות או כאב הוא החיבוק הפיזי.

8. מכתבי יום השישי - אחד מרגעי השיא במסע, רגע של התחברות הביתה, אל אמא ואבא ואל השורשים בגללם נסעו. חשוב להיות ערניים לכך שלכל ילד ייכתב מכתב ושבמעמד קבלת המכתבים שם בפולין, תינתן התמיכה הראויה. גם המבוגרים הנוסעים יכולים ליהנות ממכתב וחשוב לא להזניח אותם. (התייחסות נוספת למכתבי יום השישי ניתן למצוא בפרק ההורים).

להיות מורה מלווה משמעותי/ת יותר...

- **עבודת צוות, תוך התייעצות הדדית** - יהיו מצבים שכדאי לחשוב על דרך פעולה מזוויות שונות. אחרי הכול, הסיטואציה אינה שגרתית ולכל תגובה/מעשה יש עוצמה רבה.
- **היכרות מוקדמת עם התלמידים**, גם באופן אישי וגם דרך קבלת מידע על תלמידים רגישים במיוחד, או בעלי סיפור אישי שעלול לעשותם פגיעים (שחוו אסון משפחתי לאחרונה, שהוריהם התגרשו, שעברו חוויות קשות, תלמידים עם קשיי ריכוז, דאגות משמעת ועוד).
- **התפנות לחוויה האישית** - מותר למורים להגיב ולא להתאפק. תרומתם בסיפורים האישיים של ההיסטוריה משפחתית, בהתעניינותם בנושא ובשיתוף רגשותיהם עם חברי הקבוצה תהיה בעלת השפעה רבה והתנהגותם תהווה מודל חשוב לתלמידים. אם יעלה צורך להתבודד - יוכל המורה להיעזר בחבריו לצוות המסע לשם מילוי מקום זמני.
- תהליך המסע הוא דינמי. הוא מזמן **פתיחות**, תוך מתן אפשרות לצמיחה. יש לכבד כל אחד מהצוות ומהתלמידים בהתאם ליכולתם להיחשף ולשתף.
- **המורים מהווים דמויות משמעותיות לתלמידיהם**, לא רק בתגובות למול מראות השואה, אלא גם בהתמודדות שגרתית כגון: עמידה בזמנים, ארגון, התעניינות, התמודדות במצבי לחץ, התחלקות בחוויות טובות/קשות, ראייה חיובית וכו'. זו הזדמנות מופלאה לבנות קבוצה וליצור חוויה ערכית משותפת.
- המורים המלווים יכולים לתאם עם המדריכים לגבי תכנית המסע היומית **ולבקש מידע רלוונטי**, כמו למשל: סוג האתר, משך הביקור בו, תוכני ההדרכה באופן כללי, עצירות והפסקות ועוד. **תיאום מוקדם עם המדריכים** לגבי אפשרות התרומה ושילוב הידע המקצועי של המורים המלווים במהלך המסע.
- **למורים המלווים תפקיד מרכזי ביצירת אווירה קבוצתית נעימה**. הדרכים לכך רבות ויצירתיות: פינוקים והיבטים אישיים של חברי הקבוצה כגון ימי הולדת, ברכות מכלל חברי הקבוצה, ארגון שירה בציבור, יצירת הווי ייחודי, שפת קבוצה וכו'.
- **חלוקת אחריות לתלמידים** (השכמות, נוכחות בארוחת בוקר, בדיקת דרכונים, העמסת/פריקת מזוודות, ניקיון אוטובוס ועוד). עריכת לוח תורנויות לכל יום תסייע לכל משתתף לתרום את חלקו. לקבלת אחריות זו יש ערך מוסף, כגון: פיתוח תחושת אחריות, עידוד למעורבות אישית במאמץ הקבוצתי, נטילת חלק בתרומה להצלחת המסע, היכרות טובה יותר עם חברי המשלחת ו...הקלה עבור המורים בתפקידם המורכב...

איתור תלמידים המתקשים להתמודד

אחד התפקידים החשובים של המורים במהלך המסע הוא לאתר תלמידים המתקשים להתמודד - ואלו הם מקצת התלמידים המדאיגים אותנו:

- התלמיד/ה הבודד/ה שהקבוצה אינה מכילה אותו/ה, או שיוצא/ת מהכלל מרצונו/ה.
- תופעה של בכי מתמיד שאינו נגמר, עדות לכך שמשהו קורה, וכי האדם זקוק לתמיכה מיוחדת - תמיכה פיזית ונפשית.
- הפסקת אכילה - מי שמדלגים על יותר משתי ארוחות ביום.
- מי שחוו אסון - אבל, גירושין, פגיעה/טראומה.
- הזדהות יתר עם ניצולי השואה הבאה לידי ביטוי בחוסר רצון לצחוק, ליהנות, להתלבש חם וכו'. בגיל זה יש משמעות לזהויות שהנער/ה לוקח/ת על עצמו/ה.

חלק מהתופעות יוכל/תוכל המורה לאתר בעצמו/ה, על חלק ידווחו החברים, ועל חלק יתקבל מידע מוקדם.

מה לעשות?

לשוחח, לתמוך, לסייע. לעתים יש לפנות לרופא המשלחת, או להצמיד חבר.

התמיכה המיידית שלכם יכולה להיות משמעותית יותר מעשרות שיחות טיפוליות בהמשך!!!

התמיכה יכולה להיות משמעותית בשל הקרבה, הקשר, ההיכרות הייחודית ובשל מיידיות הטיפול, שביכולתם למנוע מצבים בלתי הפיכים.

המשך הטיפול - העברת מידע רלוונטי ליועצת ולמנהל עם חזרתכם לארץ.

חשוב להיות קשובים אל התלמידים לכל אורך המסע באמצעות שיחות הערב, והשיחות הבלתי פורמליות ובעזרת תצפית ומעקב על תגובותיהם.

היו מוכנים לשינויים בהגדרת תפקידכם/ן, חשבו כיצד תתמודדו עם השינוי הזה ומה יכול לסייע לכם: ניסיון חיים, התמודדויות קודמות, תכונותיכם/ן וכדומה. חשוב להתכונן לכך מראש כדי לא לבזבז זמן הסתגלות.

כמורים מלווים יש לשים לב לתהליכים הקבוצתיים המתרחשים ולדעת כיצד לקדם אותם באופן הטוב ביותר. למורה תפקיד משמעותי כמנהיג הקבוצה וכמי שמשפיע על התהליך הקבוצתי.

(עיינו בפרק 2, בתהליך הקבוצתי, ובפרק 5 המרחיב את דרכי הטיפול בתלמידים בסיכון.)

ניהול שיחות ערב במהלך המסע

אחת הפעולות החשובות במסע הנה ניהול שיחות הערב על ידי דמות משמעותית שנבחרה מראש לתפקיד (יועצים, פסיכולוגים, מדריכים, מורים מלווים). רצוי שמי שמנהל את השיחות יהיה לו קשר מתמשך עם התלמידים גם לאחר המסע.

מטרת שיחות הערב:

1. לסייע לחברי הקבוצה לעכל את החוויות, המחשבות והתחושות המצטברות במסע, ולהעלות שאלות המטרידות אותם.

2. לאפשר עיבוד החוויה האישית וחיבורה לחוויה הקבוצתית.

3. לאפשר לחברי הקבוצה סיכום של יום והכנה לקראת היום הבא.

מהלך שיחת הערב:

1. פתיחת השיחה צריכה לכלול הסבר על המטרות ועל כללי השיחה. (מפורטים בסעיף "עקרונות מנחים לשיחת הערב" בעמוד הבא).
2. השיחה יכולה להיפתח בתיאור המקומות בהם ביקרו, ובתיאור המראות אותם ראו.
3. השיחה תונחה באמצעות שאלות פתוחות וכלליות, שתאפשרנה שיחה פתוחה, כגון:

"התייחסו לרגע קשה/ משמעותי..."

"חלקו עמנו רגע חווייתי שהשאיר עליכם רושם..."

"ספרו לקבוצה מה שהרגשתם כש..."

"מחשבות שחלפו בראשכם כאשר..."

"דילמות שעלו בעקבות..."

4. השיחה תיערך בסבב.

כאשר כולם מדברים כל דעה/ מחשבה הופכת להיות חלק מהחוויה המשותפת של כלל הקבוצה.

כל אחד ואחת לומד/ת להכיר זוויות ראייה ומחשבות שונות משלו/ה, ובכך מעשירה את רפרטואר הידע וההרגשה.

הסבב מאפשר לך כמנחה להתייחס באופן אישי לכל משתתף/ת, על ידי הדגשת הרעיון המרכזי או הבהרתו בסיכום הדברים. מקובל להודות לכל משתתף/ת בתום דבריו.

5. תוך כדי מהלך הסבב חשוב לפתח דיון סביב נושאים שעולים.
6. לפניכם כללים אשר יסייעו לכם בפיתוח הדיאלוג:

כשמישהו מעלה רעיון שאינו חד-משמעי וברור, ניתן להזמין את החברים לשאול, להתייחס, להגיב ולהסביר.

כשעולה אותו רעיון מספר פעמים חשוב לעצור ולברר את המקור, המשמעות והסיבה לחזרתו של הרעיון. לדוגמא "חשבתי שאחרי הביקור ב... ארגיש נורא, אבל בעצם לא קרה לי כלום, זה לא עשה לי את זה".

כשעולים הפכים: כעס מול נינוחות, אשמה מול אי אשמה, זווית ראייה כללית לעומת התרשמות מפרט אחד ועוד.

לחפש דרכים למצוא הקשרים של שיחות שנערכו לפני כן, במהלך המסע או בהכנה. צריך להוביל את השיחות לרצף משמעותי ותהליכי.

לאחר שוודאת כי כל התלמידים והמלווים שרצו להשמיע דברם אכן דיברו, תוכל/י לומר כמה מילות סיכום כלליות ואף לשתף בתחושותיך לאור הנאמר בסבב. וכמובן, מילות תודה על השיתוף והאימון שנוצר.

עקרונות מנחים לשיחות הערב:

- הקשבה אמיתית - על המנחה להביע עניין ואכפתיות לדברי תלמידיו/ה (באופן מילולי ובלתי מילולי). הקשבה נדרשת גם מחברי הקבוצה.
- מתן כבוד ולגיטימציה למגוון דעות ורגשות גם אם הם מנוגדים לדעתך או לדעת חלק מהתלמידים. יחד עם זאת, מיקוד השיחה וארגונה נותנים ביטחון.
- היעדר שיפוטיות: אין טוב ואין רע, אין צודק/ת או טועה, נכון או לא נכון.
- תשומת לב לתלמידים שתגובותיהם חריגות וקיצוניות (לדוגמא: החצנה, הקצנה, הסתגרות,דכאוניות והתבטאויות קיצוניות). יש לערוך שיחות אישיות עמם, לבירור נוסף.
- שיתוף חברי משלחת נוספים, היכולים להעניק תרומה ייחודית לשיחה - מדריך, רופא, מאבטח, הורה וכו'.
- אין חובה לדבר, אך הפנייה תיעשה לכל תלמיד, בסבב תוך שימת לב "לשקטים" בקבוצה.
- חשוב לזכור ולחזור ולשתף את מי שמבקשים פסק זמן נוסף למחשבה.
- כיבוד זמני שתיקה בקבוצה. שתיקה היא זמן להתארגנות ולהתחברות.
- מתן כבוד לחשיפה כנה של רגשות המשתתפים.
- תשומת לב וקבלה של ביטויי התנגדות המקוממים את הקבוצה.
- ביטחון ונינוחות של המנחה ישרו אווירה נעימה.
- קשב לצורכי הקבוצה ולתהליכים קבוצתיים.
- להנחיה בשניים - יתרון אם כי היא מחייבת תיאום.
- סגירה של השיחה מארגנת ומתייחסת לכל מה שנאמר בקבוצה, תוך הדגשה של מהי האמירה של המנחה ומהי האמירה של המשתתפים.

רצף שיחות הערב שמומלץ לקיים במהלך המסע

שיחה מס' 1 איפה היחידים נמצאים? מה הרגישו? מה חוו? מה חושבים על החוויה? חשוב להישאר ברמת הראשוניות וההתרשמות.

שיחה מס' 2 פיתוח דיאלוג - העמקת התהליכים המחשבתיים - הערכיים - הרגשיים באמצעות דיון, ויכוח, ניגודים, נקודות הסכמה, ראייה משותפות והזדהות.

שיחה מס' 3 סיכום המסע ותצפית לעתיד. פיתוח התובנה לגבי מה היחידים לוקחים עמם מן המסע, מה קרה להם בתהליך שעברו, משמעות התובנה, הלמידה, התקווה. אילו שינויים צפויים לחול אצלם בעקבות המסע?

ג. מעורבות ההורים בתהליך המסע לפולין

המסע לפולין הוא חוויה בעלת עוצמה רבה, שבדרך כלל אינה מוכרת להורים ומתרחשת בהיעדרם ובמרחק גדול מהם. בחברה הישראלית קיימת שונות רבה בהתייחסות ההורים כלפי המסע: עבור חלק זהו מסע משפחתי מורחב, מעין משימה משפחתית המועברת אל הבן/הבת. עבור חלק אחר זוהי הסכמה לרצון הילד והם אינם מכירים בחשיבות המסע, או אפילו מתנגדים לנסיעה מטעמים שונים. מעטים אחרים רואים בכך מסע לחו"ל, כייף והזדמנות חברתית. הורים רבים מתקשים בעצמם להתמודד עם נושא השואה ויש להם התלבטויות וחששות לגבי ההשתתפות במסע והדרך המתאימה לסייע לילדיהם. מתוך ידיעה שהמסע לפולין מעורר חוויות רגשיות חזקות וסוערות, אנו רואים בהורים גורם חשוב לסייע לילדיהם המתבגרים לעבד ולהכיל את הרגשות האינטנסיביים המאפיינים את המסע.

קיימות שלוש נקודות מרכזיות בחיבור ההורים למסע:

- שילוב ההורים בתהליך המיון וקבלת ההחלטה ליציאה למסע, בהכנה למסע ובשיבה הביתה.
- מתן מידע להורים על קריטריונים של ליווי ומעקב אחר התמודדות טובה של המתבגר, כולל זיהוי סימני מצוקה.
- הגברת הקשר וקירוב הלבבות בין הורים למתבגרים תוך טיפוח תקשורת רגשית.

בפרק זה נציג רקע תיאורטי רלוונטי לקשר בין הורים למתבגרים על רקע העיסוק בשואה, ונציע דרכי פעולה להתמודד עם הנקודות המרכזיות בחיבור ההורים למסע. חומר תיאורטי נוסף ניתן למצוא בפרק הראשון, בסעיפים העוסקים בתהליכים החברתיים והמשפחתיים (עמ' 17, 18)

מקשיבים למדריך... בירקנאו - אושוויץ

להיות הורים למתבגרים במסע - דברי רקע

המסע לפולין מתרחש על רקע של גיל ההתבגרות, המאופיין במעברים רגשיים קיצוניים ובמצבי רוח.

כפי שציינו, המשימה העיקרית בגיל זה היא גיבוש זהות אישית ייחודית, תוך כדי פרידה ואינדיווידואליזציה. המתבגרים מחליפים את התלות שלהם בהוריהם בתלות בקבוצת בני הגיל. כתוצאה מכך, הם מתחלקים בחוויותיהם הרגשיות ובמצוקותיהם בעיקר עם חבריהם, ובכך מרחיקים את הוריהם ואינם מאפשרים להם מעורבות בעולמם הפנימי. בשלב זה יאבדו ההורים את תחושת האימון הבסיסית בהיכרותם את ילדיהם. חלקם יעמוד ממרחק ולא יחוש צורך להתערב, וחלקם יביט מרחוק בלי שיידעו כיצד לפעול או איך להושיט יד. למרות זאת, בגיל זה הילדים עדיין זקוקים להורים, שיסייעו להם במשימות ההתפתחותיות של גיל ההתבגרות.

על פי ויניקוט להורים אחריות ללוות את תהליך הגדילה של ילדיהם, מעבר להתבגרות הגופנית, כפי שעשו בעזרת האינטואיציה ההורית בשלב הילדות. אחד התפקידים החשובים של ההורים בשלב זה הוא לסייע למתבגר לעבד ולהכיל את הרגשות האינטנסיביים שמאפיינים את הגיל. ככלל, משפחה בריאה יותר מעודדת את חבריה לבטא רגשות מגוונים (עצבות, פחד, כעס, בקשה, אשמה, שמחה, געגועים, סבל, דיכאון וכו') עם יכולת לקבל, להכיל, לנווט, באופן בונה את הרגשות המובעים.

במסע לפולין מתקיים מפגש עם הרוע בקיצוניותו ועם עוצמה אדירה של סבל וכאב. אלה עלולים להוסיף למתבגר סערות רגשיות פנימיות, נוסף לקיימות.

בפרק זה מוצעת דרך להעצים את ההורים בתפקידם כמלווים של המתבגרים בחוויה ייחודית שהם עוברים, תוך מתן ידע וכלים שיאפשרו להם לתמוך בילדיהם ולעזור להם בהתמודדות יעילה, דהיינו על-ידי טיפוח תקשורת רגשית ביניהם. הפרויקט מבוסס על סדרה בת שלושה מפגשים, שני מפגשים לפני המסע והמפגש האחרון לאחר שובם של הבנים והבנות הביתה.

חלק 1 - מפגשי הורים - לקראת ההרשמה למסע

מטרת המפגש:

מתן מידע טכני ורגשי להורים אודות המסע, על מנת שיוכלו לבחון את התאמת ילדיהם למסע ויקבלו החלטות מושכלות לגבי היציאה.

במפגש זה:

1. תוצג תכנית המסע על ידי צוות בית הספר ו/או משרד הנסיעות.
2. ייערך "מסע ווירטואלי" להורים - על ידי הקרנת סרט המתאר ביקור באתרים והצגת תנאי המסע, הדרישות שבהם צריכים הילדים לעמוד ואופי ההתנהלות של המסע.
3. יועץ/ת או פסיכולוג/ית ביה"ס יציגו את ההיבטים הרגשיים-חברתיים הייחודיים של המסע, תגובות נורמטיביות וסימנים לזיהוי מצבי סיכון לאחר המסע.
4. ההורים ימלאו שאלון ובו יכתבו מידע רלבנטי על ילדם, שיוכל לתרום לבחינת התאמתו/ה למסע.

שאלון להורים - לקראת המסע לפולין

פרטים אישיים של התלמיד

שם _____ משפחה _____ כתובת _____

טל' של ההורים _____ נייד _____

כיתה _____ ת' לידה _____

שמות ההורים: אב _____ אם _____

סיבות ההצטרפות למסע _____

_____

_____

גישת המשפחה כלפי הנסיעה (כולל קשר משפחתי לשואה, אם יש) _____

_____

אירועים מיוחדים בחיי התלמיד (כגון : מחלה קשה במשפחה, מוות של משהו קרוב, אשפוז, תאונת דרכים, גירושין, יתמות וכד') _____

_____

רגישויות מיוחדות / מחלות כרוניות / נוטל/ת תרופות באופן קבוע _____

_____

הוסף כל מידע רלוונטי שנראה לך חשוב לגבי הנסיעה לפולין והחווייה המיוחדת שבנסיעה זו

_____

_____

_____

שרידי הקרמטוריום בבירקנאו

חלק 2 - מפגשי הורים - כהכנה למסע

מטרת המפגשים:

לעודד הורים ונוער לקיים תקשורת משמעותית ורגשית סביב המסע, שתוכל לסייע להורים להתייחס באופן אמפתי לחוויות הרגשיות של בניהם ובנותיהם במסע ובמצבים אחרים בהמשך.

בחרנו להציג שלושה מודלים:

מודל א - פעילות משותפת הורים - תלמידים

1. פעילות להבהרה הדדית של משמעות המסע לפולין עבור ההורים והילדים באמצעות "שמש - המסע לפולין". ייערך דיון בקבוצות קטנות מעורבות, שבו ניתן יהיה לראות את מגוון המשמעויות השונות שיש למסע לפולין עבור ההורים והמשתתפים במסע.

כגון: מסע שורשים, הזדהות עם השואה, חופש מהמשפחה, להיות עצמאי, להתמודד עם חוויות קשות וכו'.

2. פעילות לזיהוי רגשות בקשר למסע לפולין: מתוך מאגר גדול של פתקים ועליהם מילים המתארות רגשות, יבחר כל משתתף פתק אחד המייצג את הרגש המרכזי שהוא מרגיש ביחס למסע לפולין. לאחר מכן, 2-3 משפחות תשבנה במעגל פנימי ובני המשפחה יספרו איך הפתק שבחרו מייצג אותם. השומעים יתבקשו להקשיב, לשאול שאלות הבהרה, במידת הצורך, ולחזור על הדברים במטרה לבחון אם הבינו אותם נכון, ללא הפעלת שיפוט או ביקורת על הנאמר וללא ניסיון לשכנע להרגיש אחרת. אפשר לחלופין להשתמש בקלפים טיפוליים או בתמונות.
3. ההורים יציידו את הילדים במסרים שיעזרו להם במסע. כל הורה יגיד מה, מתוך ההיכרות שלו עם הילד/ה שלו יהווה עבורו/ה מקור של כוח בעת המפגש עם מצבים קשים (כגון : חוש הומור, יכולת לגייס תמיכה חברתית, יכולת לבטא רגשות, יכולת להסיח את הדעת, כתיבה, קשר טלפוני וכד').

מודל ב - סדנא להורים (ללא התלמידים)

1. זיהוי רגשות שעולים אצל ההורים בהקשר לשואה באמצעות חוויה אישית מסרט שראו על נושא השואה ו/או התנסות בחוויה אישית הקשורה לשואה.
2. ההורים יתבקשו לתאר את המסע העתידי של הבן/הבת שלהם לפולין באמצעות דימוי, שישמש להבהרת רגשות, ציפיות, חששות ותקוות. בחלק זה אנו רוצים לברר מדוע הבנים והבנות נוסעים לפולין ומה עמדת המשפחה בנושא.
3. דאגות/מחשבות המעסיקות בהקשר של המסע של בני/בתי. מתוך מאגר היגדים שיוצג בפניהם יבחרו ההורים היגד אחד שמבטא רגש, מחשבה, תכונה, התנהגות או תגובה, המתארת את בנם/בתם בזמן המסע לפולין, דרכה יציגו ההורים את הנושא המרכזי שמעסיק אותם ביחס למסע.
4. משימה בזוגות/במליאה - להיות שם.., לחוות את... ההורים יתבקשו להתחלק אחד עם השני בהתייחסותם לשאלה הבאה: "לו היית יכול/ה להיות עדשת מצלמה בידיו של אחד המשתתפים במסע, באיזה רגע, במסע היית רוצה לצפות?"
5. שאלה: מתוך ההיכרות שלך עם הבן/הבת שלך והניסיון שלכם בהתמודדות עם מצבים רגשיים מורכבים, איך נראה שהוא/היא יתמודדו עם חוויה כזאת? מה החששות שלך? ואלו משאבים יש לו/לה כדי להתמודד עם המצב ? מומלץ להכין את ההורים לקראת תפקידם במהלך המסע - פירוט בנושא ג' -"חשיבות הקשר עם הבית" בעמוד הבא.

מודל ג – פנל מומחים

הצגת היבטים הקשורים למסעות בפנל של מומחים: היסטוריון, מדריך, איש צוות מכון שואה, חוקר, איש שפ"י, נערים שהיו במסע וכדומה.

כל מומחה מציג את נקודת השקפתו למסעות במשך כ- 15 דקות. לאחר ההצגה של כל המומחים ייערך דיון פתוח ויינתן זמן לשאלות. אפשר לפתוח בהרצאה ולאחריה לקיים סדנת הורים, עפ"י מסגרת הזמן האפשרית.

חלק 3 – חשיבות הקשר עם הבית במהלך המסע

המשפחה ששלחה את הנער או הנערה לפולין מעבירה לו בד"כ מסר של שליחות. מסר זה מחזק את המסגרת של המסע והוא אומר "אנחנו אתכם", "אנחנו מסמיכים אתכם להיות השליחים שלנו".

עבור חלק מהתלמידים זוהי יציאה ראשונה לחו"ל ופרידה ממושכת מהבית.

לשתי העובדות הנ"ל יש השתמעויות לגבי התלמיד במהלך המסע. על מנת לתת תחושת רצף בתוך חווית המסע, אנו ממליצים לעודד את ההורים לקיים קשר עם ילדיהם במהלך המסע.

הצעות לאמצעים לשמירת הקשר במהלך המסע

- **המכתב** - מכתב שיופקד בידי המורים המלווים ויימסר לתלמיד בערב שבת. מעבר לנימה האישית יכלול המכתב מסרים ערכיים, אשר יבטאו את תחושת ההורים והמשפחה כולה (חווית השליחות, ההמשכיות, הקשר למשפחה , לעם, למדינה וכד').
  אם ישנם הורים שאינם מסוגלים לכתוב, יש להציע להם עזרה בכתיבה או לחלופין להציע להם להעביר את המסר באופן אחר: דרך קלטת אודיו, ספרון משמעותי, תמונה משפחתית, ציור/מכתב מאחים או קרובים אחרים וכד'. זאת כדי למנוע אכזבה/קנאה אצל תלמידים שלא יקבלו מסר מן הבית, בעוד חבריהם קיבלו .
- **"הפתעות"** - ניתן להצפין לילד הפתעות קטנות במזוודתו: חפצים קטנים ואהובים, פתקים וכו'.
- **קשר טלפוני או משלוח פקסים** - הקשר הטלפוני מומלץ, אך בשל זמן שהייה מצומצם במלונות וכן בשל הקושי לשמור על דיוק בזמן ההגעה למלון, ייתכן שיהיה קשה לדבר בטלפון. אי לכך מומלץ להשתמש במשלוח פקס כדרך לתקשורת. יתרונו בכך שהוא נשאר בידי הילד וכך הוא יכול לשוב ולקרוא אותו פעמים נוספות. הפקסים הממתינים לתלמיד במשרדי הקבלה במלון מעוררים התרגשות ושמחה רבה. תלמידים רבים מצויידים במכשירי פלאפון והם זמינים בכל עת להתקשר עם הבית. מומלץ לשוחח בתום יום הפעילות, לאחר עיבוד החוויה.

חלק 4 – מפגש הורים וילדים לאחר המסע

מטרת המפגש:

לסכם ולסיים את המסע לפולין, תוך למידת משמעותו עבור בני הנוער ומשפחותיהם.

מספר הערות כלליות:

ברוב המקרים נערך "ערב פולין" - ערב אליו מוזמנים הורים וסבים של משתתפי המשלחת. בתכנית מוצג חלק טקסי (הכולל קטעי קריאה, שירים וריקודים), ניתן כבוד לאנשי העדות ומובעת תודה לצוות. בדרך כלל נציג ההורים מקריא דברים מהתרשמותו כהורה מלווה את בנו/בתו בתהליך ההשתתפות במסע.

הטקסים שלאחר המסע מהווים פן אחד של עיבוד חוויית המסע ויש לשים לב לכך שהם מציגים רשמים מעובדים ויש בהם מימד של ייצוגיות לפרויקט המשלחת.

בבתי ספר בהם יוצאות משלחות גדולות המשתתפים בטקס הם רק חלק ממשתתפי המשלחות. מה חשים התלמידים שלא משתתפים? עלינו לוודא שלא תיווצר קבוצה בתוך קבוצה ושכולם ירגישו שייכים!

סרט המסע - חשוב לבדוק שעורכי הסרט ייצגו באופן שווה והוגן את כלל הכיתות והמשתתפים. עוגמת נפש עלולה להיגרם לכיתה שלא צולם בה סרט או שלא הובא לעריכה.
בערב שכזה לא נוצר דיאלוג בין הורים, מורים לתלמידים. התקשורת היא חד כיוונית ולא נוצר שיח ושיג.

לפיכך, אנו ממליצים על גישה אחרת: פגישה נוספת, בטווח זמן מסוים מתום המסע, (בין חודש ל-6 חודשים) שתאפשר דיאלוג ישיר ותקשורת רגשית פתוחה.

הצגת חוויה אישית (באמצעות שיר, קטע כתוב, סרטון וידאו וכו') של תלמיד או מורה או מדריך/ה או אב/אם. התחלקות לקבוצות של מספר משפחות ומתן זמן קצוב לשתף בחוויה של הילדים ושל ההורים מהמסע ומהבית באותה עת. (תלמידים יספרו על המפגש הכי משמעותי שחוו במסע, ההורים יספרו על המפגש עם בנם/בתם השבים מן החוויה הייחודית, באיזו מידה הם מזהים את ההשפעה של המסע עליהם?...)

רצוי לתת הסבר קצר על ההבדלים הנורמטיביים בסגנונות תקשורת בין משפחות ובין יחידים: לכל משפחה יש את הדרך שלה לתקשר סביב נושאים רגשיים ויש דרך וקצב שונה להתמודדות עם מצבים רגשיים. תיעשה נורמליזציה של התגובות, הן של הורים והן של ילדים, כדי שההורים יהיו מוכנים גם להקשיב וגם לעמוד מהצד, אם הילדים לא יהיו מעוניינים לשתף, וכדי שהילדים יבינו את כל מגוון העמדות הרגשיות של ההורים ויכירו כי זה לגיטימי שההורים מתעניינים. (ניתן להמחיז שיחה בין שני הורים למתבגרים ששבו לא מכבר מן המסע, הם משתפים הדדית במה שקורה בביתם לאחר המסע... ההשתנות של השבים, הלמידה שחוו, ההשפעה של המסע על התקשורת הורים - ילדים... על עמדתם העכשווית כלפי המסע לפולין...)

יוצגו סימנים לזיהוי מצבי שינוי בהתנהגותם של המתבגרים (כגון: הסתגרות ממושכת, אובדן עניין בפעילויות שאהבו קודם לכן ושינויים קיצוניים בפעילויות שגרתיות והרגלים). יש לפתוח להורים את האפשרות לשתף גורמים רלבנטיים בית ספריים ואחרים אם וכאשר יתגלה מצב מצוקה אצל המתבגרים.

ד. "אנחנו נשארים בארץ..." התלמידים שאינם יוצאים למסע

"ללמוד וללמד, לזכור ולהנחיל".

אנשים שונים יוצרים בתוכם זיכרון בדרכים שונות. המסע לפולין הוא התנסות אוטנטית המאפשרת לראות, להתחבר ולזכור את השואה שקרתה לעמנו, אך יש לזכור כי לא כולם יכולים לצאת למסע שכזה.

בפרק זה בחרנו להתמקד בתלמידים, שמסיבות שונות אינם יוצאים למסע החשוב בפולין, ולעיתים חשים קצת "נטושים" בארץ. אי יציאה לפולין אינה מעידה על חוסר התעניינות בנושא, או התעלמות ממנו. לעיתים קרובות ההיפך הוא הנכון.

מספר קשיים עולים בהקשר לתלמידים הנשארים בארץ.

1. אי שוויון הזדמנויות - תלמידים רבים מעוניינים לצאת למסע, אך אינם יכולים לעשות כן עקב סיבות כלכליות, אילוצים אישיים או בשל חוסר התאמה התנהגותית ורגשית.
2. תלמידים שאינם מעוניינים לצאת מסיבות אידיאולוגיות, אישיות או אחרות. לעתים נוצר מצב בו מיעוט קטן של תלמידי כיתה אינם יוצאים למסע, ויש לכך השלכות על הקשרים הבינאישיים ועל התהליכים החברתיים-דינאמיים המתרחשים בהיעדרם.
3. קיימת התייחסות מועטה ביותר לאלה שאינם יוצאים (על שלל סיבותיהם), לעומת התייחסות רבה ביותר לאלה שיוצאים. לא די בכך שאינם יכולים לצאת, הם זוכים רק למעט התייחסות.
4. בבתי ספר רבים ממשיכים ללמוד כמעט כרגיל בזמן המסע. התלמידים הנשארים, לא די שלא יצאו לפולין, עליהם להיות נוכחים בביה"ס, לשהות בכיתה, לתרגל, אך "לא להתקדם" בגלל היעדרותם של תלמידי המשלחת.
5. כאשר המשלחת נמצאת בפולין - כולם מתגעגעים, מתרגשים ומתעניינים בשלומה, ובעת החזרה לארץ - ההתפעלות והסקרנות בחוויותיהם עצומה. האם מישהו מנסה להבין מה מרגיש תלמיד שלא יצא?
6. טקס יום השואה "מופקע" מאלה שלא יצאו למסע ושייך רק לחברי המשלחת - האומנם נכון הדבר?

הצעת תכנית "מסע" לנשארים

1. בשלב ההכנות למסע:

ראייה מערכתית של השפעת המסע לפולין על כלל תלמידי השכבה תתייחס אל "הנשארים בארץ" כאל אוכלוסייה שיש לתת לה מקום בשלב ההתארגנות למסע. לפיכך, הצגת המסע לפולין וחלקים מהדיון על מטרותיו והשלכותיו יכולה להיעשות במסגרת כיתתית, בהנחיית אנשי שפ"י/מחנכי הכיתות.

ללמוד את השואה מרחוק - כיצד?

בעד ונגד יציאה למסעות בפולין - יצירת דיוני פנל סביב המחלוקת הנ"ל.

דיבור פנימי, דילמות אישיות: לצאת/לא לצאת. (לגיטימיות להתלבטות ולהחלטה, כפי שבאים לידי ביטוי ביומנים אישיים, בהרהורים, במכתבים למי שמתכוננים למסע...)

היועץ/ת הפסיכולוג/ית של בית הספר יקיים/תקיים שיחות אישיות עם תלמידים שאינם רוצים/ יכולים להצטרף אם איתר קושי או התלבטות, ובהתאם לשיקול דעתו.

הכנת צוות המחנכים בשכבה היוצאת (בד"כ יצטרף רק חלק מהצוות החינוכי למשלחת): בעד ונגד היציאה למסעות לפולין.

הבהרת הערכים הרבים במסע כזה דווקא בגיל זה, הבהרת הקשיים של אלה שאינם יוצאים.

היכרות עם התכנית של היוצאים ושל הנשארים.

כדאי להעביר את התכנים שלא קשורים ישירות לפולין לכלל התלמידים, לדוגמה: ניתן לקיים נסיעה משותפת למכון לחקר

השואה, לערוך שיחה משותפת עם ניצול וכדומה.

את התכנים הקשורים למסלול ולמשלחת יעברו משתתפי המסע בנפרד, שכן המטרה היא לבנות קבוצה בתהליכי הכנה נכונים, וליצור תנאים מיטביים ללמידה ולתמיכה.

2. בשבוע המסע

בעת שהיית המשלחת בפולין ניתן ליצור תכנית מקבילה שתאפשר לימוד חווייתי של נושא השואה בעזרת:

א. ביקורים באתרי הנצחה ומכוני שואה.

ב. צפייה מודרכת בסרטים העוסקים בנושא השואה.

ג. האזנה לקטעי מוסיקה.

ד. מפגש עם אנשי עדות וסיפורם האישי.

ה. כתיבת מכתבים לחברים שיצאו לפולין.

ברור לנו שאין ה"מסע" בארץ זהה למסע בפולין, אך בעזרתו יצטמצמו ה"פערים" והחיבור המחודש לאחר השיבה יוכל להיות טבעי והוא יכלול נקודות מפגש דומות.

3. בעת השיבה של משתתפי המסע הביתה

- פעילות ליוצאים ולנשארים בנפרד לעיבוד החוויות שעברו.
- סדנא משותפת לשתי הקבוצות שמטרתה לראות את המשותף, להכיר את החוויות שעברו בקבוצה האחרת, וליצור חיבור וגיבוש.
- המסר למחנכים ולמורים שנשארו בביה"ס: אין ספק שתלמידים שחוזרים "משם", מרוגשים מאוד והמורים מגיבים לכך. יש לזכור גם את אלה שלא יכלו/לא נסעו, ועברו כאן חוויות הקשורות בנושא. כל אחד חווה זאת בעוצמה משלו וחשוב להתייחס לכולם.

טקס יום השואה

אנו ממליצים לאפשר הכנת טקס משותף - של מי שיצאו לפולין ומי שנשארו בארץ, ביום השואה. אפשר לבחור קטעים משותפים, או לשלב בין טקס מן ה"מוכן" (שנערך בפולין) לטקסט חדש שיוגש ע"י הנשארים בארץ.

יש ערך רב לחיבור של תלמידים שלא היו בפולין לנושא, ותלמידים רבים מציינים את השתתפותם בטקסי יום השואה כנקודת מפנה ביחסם לנושא השואה.

סיכום

התלמידים אינם יוצאים מסיבות שונות, שאינן בהכרח תלויות בהם, ושאין להם יכולת להשפיע עליהן. כתוצאה מכך, חוויית המסע לפולין, שהיא ייחודית מאוד בהווי בית הספר ובגיל ההתבגרות, נמנעת מהם. ברוב המקרים הם אינם מקבלים תחליף הדומה למסע בתוכן, ברגש ובעוצמה. יתר על כן, צוות ביה"ס עוטף את משתתפי המסע בחום ובהילה, ועלולה להיווצר קבוצה מתוסכלת, פגועה וממורמרת.

אין ספק שקבוצה זו זקוקה לתשומת לב ראויה, גם בתוכני הלימוד וגם בדרכי העברתו, שתקרב אותם לנושא ולחווייה הקרובה ביותר לחווייה האוטנטית. כל זאת כדי לצמצם את הפער בין שתי הקבוצות.

"כולם יוצאים" או "מסע למתאימים בלבד"

א. הדילמה

ב. אוכלוסיות אליהן נפנה תשומת לב מיוחדת

ג. כיצד נדע? כיצד נבצע את תהליך ההתאמה?

א. הדילמה

ברוב בתיה"ס לא נערך תהליך מסודר של "מיון" תלמידים לקראת המסע לפולין. הרוב המכריע של התלמידים המעוניינים לצאת - יוצא. המציאות היא, שעל פי רוב יכריעו השיקולים הכלכליים יותר מהשיקולים האחרים. בהתחשב בעומק החוויה ובמשמעותה הרבה לבני הנוער, נעשה מאמץ מובן לא לחסום את דרכם של המעוניינים לצאת. מאידך נוצרת התלבטות לגיטימית בקרב האחראים על המסעות לגבי ההתאמה של כל אחד לחוויה הכול כך אינטנסיבית שיש עימה עומס רגשי וחברתי רב.

תהליך מיון התלמידים מעוגן בחוזר מנכ"ל תשס"ה/ 4 (ב) , י"ח בכסלו - דצמבר 2004. בחוזר זה בסעיף 2.2.3 (עמוד 11) מופיעים שישה סעיפים, המגדירים את התבחינים על פיהם תיעשה בחירת התלמידים למסע: גיל, הצטרפות חופשית, עניין בנושא, התאמה חברתית, תרומה למסגרת ויכולת רגשית.

בפועל נבחנת התאמתם של התלמידים גם לפי קריטריונים נוספים: התנהגות תקינה בתוך כותלי ביה"ס ומחוץ להם, ביקור סדיר בביה"ס, השתתפות בכל שיעורי ההיסטוריה, השתתפות בכל הסיורים וסדנאות ההכנה למסע ובמידה של החוסן והבגרות הרגשית כפי שהיא מתבטאת בהתנהגות התלמיד בכלל ובפעולות ההכנה בפרט.

מסתבר כי רוב היוצאים למסעות מתמודדים בהצלחה עם כל הנדבכים של המסע, וזה הופך עבורם לחוויה מעניינת ומרתקת. אולם לצד זה קיימות אינדיקציות לא מעטות של תלמידים אשר מתקשים להתמודד עם משימות המסע. תגובות רגשיות והתנהגותיות קיצוניות שעלו במהלך המסעות או בעקבותיהם הובילו לחשיבה שיש לפתח קריטריונים להתבוננות רגישה במועמדים ליציאה למסע.

"מיון" או "סלקציה" הנן מילים בעלות קונוטציה קשה בכלל, וכשעוסקים בשואה בפרט. אי לכך, תהליכי המיון בהקשר של המסע לפולין מעלים התנגדות רגשית חזקה... ובכל זאת אנו סבורים שחשוב לבחון את התאמת היוצאים למשימות המסע ולהאמין שבתהליך הבדיקה והבירור האלה טמונה גם עבודת הכנה משמעותית לכל היוצאים.
כאנשי שפ"י המהווים סוכני בריאות הנפש במערכת החינוך, אנו ערים לסיכונים שעלולים להתעורר עקב החשיפה העוצמתית לחוויות המסע, ולכן אנו מחויבים לנקוט במהלכים מוקדמים למניעתם.

ב. אוכלוסיות אליהן נפנה תשומת לב מיוחדת

בתהליך בדיקת ההתאמה של התלמידים למסע מומלץ לשים לב לתלמידים עם אפיונים התנהגותיים ורגשיים מסוימים. מיקוד "עדשת ההתאמה" אליהם תסייע למערכת החינוך לעשות עם מתבגרים אלה עבודת הכנה מתאימה, לסייע להם בקבלת ההחלטה אם לצאת או לא, ובמקרים בהם זה נדרש, למנוע מילדים מסוימים לצאת.
כסוכני בריאות הנפש מוטלת עלינו החובה להפנות את "עיני המערכת" אל אוכלוסיות התלמידים אשר להם אפיונים כמו אלה המפורטים להלן. נזכור כי לכל האוכלוסיות שלהן נקודות של חולשה, יכול המסע להיות מחד - מצב הטומן בחובו מלכודות וסיכונים אך מאידך - הזדמנות לצמיחה ולהתפתחות.

אוכלוסיית מיקוד ראשונה: תלמידים מופנמים שממעטים לתקשר עם סביבתם
תלמידים המביעים רצון לצאת למסע ושהוריהם תומכים בהם, אך הם מאוד מופנמים וכמעט שלא ידוע לגביהם דבר: הם אינם מעורים בחברת התלמידים וקיים חשש לגביהם שבנסיבות של לחץ לא תהיה להם קבוצת תמיכה והם לא יידעו כיצד לגייס תמיכה כזו. אחד הדברים המדאיגים לגבי ילדים אלה הוא העובדה שסגנון התמודדותם לא מאפשר לסביבתם לדעת מה עובר עליהם והם עלולים להתבשל בתוך עצמם עד כלות...

אוכלוסיית מיקוד שנייה: תלמידים המתקשים להסתדר עם מרות
תלמידים שאינם מקבלים מרות של מבוגרים, שאינם מכבדים חוקים, נורמות וכללים ושהם בד"כ מרדניים. בנסיבות המסע, נסיבות בהן הסמכות הנדרשת היא פעמים רבות פנימית, והפתרונות הרגילים לבעיות משמעת אינם רלוונטיים, אין ברירה אלא למנוע יציאתם של תלמידים המאופיינים בקשיים מסוג זה.

אוכלוסיית מיקוד שלישית: תלמידים בעלי צרכים מיוחדים הן על רקע נוירולוגי והן על רקע פסיכו-נוירולוגי
תלמידים עם בעיות נוירולוגיות ופסיכונוירולוגיות אשר ידוע לנו כי במצבי לחץ מובהקים תפקודם משתבש, והם עלולים להיכנס למצבי מצוקה.

אוכלוסיית מיקוד רביעית: תלמידים דחויים אשר קיים חשש לגביהם שיתקשו למצוא מקורות תמיכה חברתיים
תלמידים המהווים אובייקט להצקה על רקע חברתי או אחר, העלולים למצוא את עצמם לבד וללא תמיכה חברתית. במהלך ההכנה למסע יש לחדד בקרב קבוצת התמיכה את הרגישות החברתית, את ההתחשבות זה בזה ואת הסובלנות. לקבוצה כזו דרושה התייחסות מאוד מתווכת ותומכת מצד המבוגרים המלווים. התייחסות כזו עשויה להביא לשינוי מהיר לכיוון חיובי בו יהיה להם "מקום" חיובי במסע, אך צריך לוודא שלא "ייפלו" עם החזרה.

אוכלוסיית מיקוד חמישית: תלמידים שהתנודות הרגשיות שלהם גבוהות

תלמידים הנתונים לשינויים קיצוניים במצב הרוח. תלמידים אשר יש עליהם מידע כי אינם עומדים בלחצים ו/או אשר כבר סבלו בעבר מ"התרסקויות רגשיות". תלמידים אלו עלולים להגיב בתגובות היסטריות וקיצוניות לנוכח הקושי העולה מהמפגשים עם זוועות השואה. תלמידים בעלי אפיון כזה עלולים להגיב לחוויות המסע באופן טראומטי, או שחוויית המסע עלולה להוות עבורם טריגר לכניסה למצב זה. לגבי תלמידים כאלו - יש לשתף את הוריהם בקבלת האחריות ליציאה למסע ולהתייעץ בגורמים מטפלים.

אוכלוסיית מיקוד שישית: תלמידים עם נטיות דכאוניות, מחשבות ו/או מעשים אובדניים או שבמשפחה היו מקרים של אובדנות

תלמידים אלה ותלמידים שבמשפחותיהם יש סיפור של אובדנות מוגדרים כבעלי סיכון גבוה. במקרה כזה יש לדבר עם הנער/ה ועם ההורים ולהבהיר להם שקרוב לוודאי שהמסע יגרום לשינוי, לטוב או לרע, ומומלצת התייעצות מקצועית לפני שמקבלים החלטה. בכל מקרה ההחלטה צריכה לשקול את טובת הנער/ה לטווח הרחוק, גם במחיר של ויתור על המסע הנכסף מבחינתם.

אוכלוסיית מיקוד שביעית: תלמידים הסובלים מהפרעת אכילה פעילה חריפה

תלמידים אלה עלולים להשתמש במסע ובמראות השואה כתירוץ ל"אי אכילה". בעיית האכילה שלהם עלולה להחריף כיוון שלא בטוח שהצוות, כולל הצוות הרפואי, יוכל לסייע במקרים קיצוניים מעין אלה.

אוכלוסיית מיקוד שמינית: אלו שאומרים מראש שאינם רוצים לצאת למסע ולבסוף יוצאים

רצוי שנבדוק: האם הם יוצאים מכיוון שמישהו לחץ עליהם לצאת? (משפחה, חברים...) האם הם יוצאים משום שהבינו, כי זוהי חובתם המשפחתית? (זכרו: לא תמיד חייבים המסר או הציפייה להיות מילוליים...)

אוכלוסיית מיקוד תשיעית: אלו ש"מצביעים ברגליים" בעת ההכנה למסע

תלמידים אשר אינם מסוגלים להתמיד בתהליך ההכנה למסע מאותתים לנו במקרים רבים על קשיים אשר חשוב שנבחן אותם איתם ובעקיפין יותר לעומק. לעתים מדובר בתלמידים בעלי קשיי קשב וריכוז אשר שיחה על משמעות העומס הפיזי והמילולי של המסע יכולה לעזור להם להתכונן ולהתכוונן לקראת המסע.

אוכלוסיית מיקוד עשירית: האומרים "חייבים אנחנו"

אילו שאומרים, שהם מרגישים שהם חייבים לצאת, אך מאוד לא רוצים לצאת למסע...

יש כיתות שבהן כ-95% מהתלמידים יוצאים לפולין. במקרים מעין אלה הלחץ להצטרף הוא גדול למדי...

אוכלוסיית מיקוד אחת עשרה: ילדים עם בעיות התנהגות

ביציאתם של אלה מתקיים סיכון שהתנהגותם תשבש את רצינות ההתייחסות למסע ותפגע ברגשות האחרים. מצד שני, למדנו כי המסע שימש לתלמידים אלו לעיתים, מנוף לשינוי בהתנהגות ובעמדות.

אוכלוסיית מיקוד שתיים עשרה: ילדים בעלי רקע מיוחד ההופך אותם לרגישים

ילדים אשר במשפחתם או בסביבתם אירע אירוע טראומתי כמו מוות, פציעה קשה, מחלה ממארת, אשר הופך אותם לרגישים ולפגיעים ללחצים רגשיים גם אם זמנית.

להשפעה של חוויות טראומטיות אין זמן מוגדר. עלול להיות מצב שבו ברגע שיראו/ירגישו קושי במסע הזיכרון, הם יחוו את האירוע כאילו הוא מתרחש עתה.

לסיכום, נראה לנו שיש לשים לב לכמה נקודות משמעותיות:

המסע הוא הזדמנות יוצאת דופן - זוהי חוויה חד־פעמית שנחשבת לאחד השיאים של הפעילות החינוכית בכלל ושל הפעילות בפרט, בגיל ההתבגרות. משום כך חשוב שננהג ברגישות ובזהירות בעת המיון ונתאמץ מאוד עבור כל מי שרוצה...

המסע שונה מאוד מפעילויות אחרות של ביה"ס, לכן ההתבוננות על "פרופיל התלמיד המתאים" צריכה להיות אחרת... יחד עם זאת אין צורך שנחשוש מתהליכי בדיקה אמיתיים, כי המסע הוא חוויה עמוסה רגשית וכמו שיש בינינו, המבוגרים, כאלו שאינם רוצים לצאת, כך צפויים להיות כאלה גם בקרב התלמידים.

אם תהליכי ההכנה יכללו את כל שכבת התלמידים, הם עשויים לשמש תמיכה וחיזוק לאלה שמתלבטים...

קיימים קריטריונים לבדיקת המועמדים ליציאה, המופיעים בחוזר מנכ"ל. ניתן להיעזר בהם ולהפנות את תשומת לב המערכת לקיומם.

נשאף, אם כן, שההכנה תהיה מתמשכת וממצה, על מנת שניטיב לאתר את מי שאינו מתאים למסע מסוג זה, ושנוכל להעצים את היוצאים באמצעות הכנה ראויה. מחשיפת המסע לכלל ציבור התלמידים בשכבה, גם אם חלקם לא ייצא לבסוף, נרוויח.

ג. כיצד נדע? כיצד נבצע את תהליך ההתאמה?

מתי נעשה המיון וע"י מי?

לכאורה מתחיל תהליך המיון עם קבלת הבקשה של התלמידים לצאת למסע לפולין. המורים האחראים על המסע אוספים את הבקשות ובודקים מי הם התלמידים שביקשו להצטרף למסע. אולם למעשה מתחיל תהליך זה עם כניסתם של התלמידים לתיכון, ומסתמך על תהליך היכרות ארוך ומתמשך שלהם עם הצוות החינוכי של המוסד.

תהליך זה יסתיים בסדנאות ההכנה לקראת המסע.

על מנת לבצע את תהליך ההתאמה למסע כמו שצריך, עלינו לאסוף מידע רלוונטי אודות כל אחד ואחת מן המועמדים. מידע זה כולל אותם אפיונים מיוחדים הנדרשים מן המשתתפים במסע כחלק הכרחי להצלחתו.

מהם מקורות המידע לגבי התלמידים המועמדים לצאת למסע לפולין?

<u>א. מידע שנאסף אצל המחנך/ת או יועץ/ת השכבה מתוך:</u>

הערות של מורים שנאמרו במסגרת המועצות הפדגוגיות.

התרשמות מפגישות אישיות עם המועמד/ת.

התרשמות מפגישות שנערכו עם התלמידים והוריהם ומהם עלה המידע הרלוונטי.

התרשמות מאירועים חריגים, שאירעו לתלמידים במהלך לימודיהם.

ב. מידע שנאסף בתצפיות במהלך השיעורים ובמהלך הפעילויות החברתיות של ביה"ס:

תצפיות אילו עשויות לתת לנו ראייה אחרת על התלמידים במסגרת הפורמאלית של ביה"ס ובמסגרת הלא פורמאלית, כגון:

השתתפות פעילה והתעניינות בשיעורי ההיסטוריה.

הטיול השנתי בהיותו פעילות המזכירה את המסע לפולין נותן לנו אבן בוחן לגבי התנהגויות חשובות: מי יושב/ת לבד באוטובוס, מי מתקשה במציאת בן/בת - זוג ללינה, מי אינו/ה רוצה לצאת לטיול בכלל ולמה.

גם התנהגות בכיתה שכוללת התנהגויות, כמו: ישיבה לבד או התעקשות על מקום ישיבה מסוים. כשבני נוער אלו נעדרים מביה"ס אף אחד אינו יודע מה הסיבה, או כשהם בודדים בחצר.

ג. מידע שנאסף בפגישות אישיות המכוונות לקראת היציאה לפולין:

במסגרת תהליך ההתאמה לנסיעה לפולין חשוב שנערוך ראיון אישי עם כל מי שמבקש לצאת למסע. רצוי שאת הפגישה ינהלו מנהלי המסע, מחנך/ת הכיתה ויועץ/ת או פסיכולוג/ית ביה"ס. בראיון שייערך באווירה לא רשמית תיבדק מוטיבציית התלמידים ליציאה למסע, והמיקוד יהיה על ההיבטים הספציפיים המאפיינים את המסע (ראו קבוצות תלמידים שהוזכרו בסעיף הקודם העוסק באוכלוסיות הטעונות איתור, זיהוי והפעלת שיקולי דעת לגבי אישור היציאה למסע). אם יעלו ספיקות לגבי ההתאמה של תלמיד מסוים למסע, חשוב לשקול בשנית ולהזמין את התלמיד לפגישה נוספת עם הוריו ו/או עם גורמים טיפוליים נוספים הנמצאים בקשר עם התלמיד, לפרוש בפניהם את ההתלבטויות השונות, את הספקות לגבי ההתאמה, ולתת שהות להכרעה בעקבות השתלבותו ותפקודו בהכנה למסע.

ד. מידע שנאסף בסדנאות ההכנה

כדאי שאת הסדנאות יעבירו המורים המלווים עם היועצים או הפסיכולוגים או הרכזים החברתיים. במסגרות דתיות יכול להשתתף בהעברת הסדנאות גם רב ביה"ס (עפ"י חוזר מנכ"ל).

סדנאות ההכנה למסע מהוות בסיס להיכרות טובה יותר עם מי שעתידים לצאת למסע מבחינת הדמיית מצבים הדומים למסע עצמו: מבחינת העומס בתכנים, עמידה במחויבויות ושיתוף פעולה בין התלמידים למבוגרים. ניתן לצפות בסדנאות בהתנהגויות ובתגובות, שיש בהן להדליק בפנינו נורת אזהרה לגבי תלמידים מסוימים.

בסדנאות אלו נשים לב ונגיב באופן מיידי לתופעות הבאות:

- התבטאויות גזעניות עם רמת סובלנות נמוכה.
- אמירות שיש בהן רמזים לעימותים עם האוכלוסייה הפולנית.
- התבטאות בוטה ומעליבה כלפי חברים בקבוצה.
- הימנעות מהשתתפות פעילה בסדנאות.

התנהגות התלמידים בסדנאות יכולה לספק מידע דינאמי ולנבא התנהגות עתידית. כמו כן היא מאפשרת התערבות לגבי שינויי התנהגות, עמדות ורגשות.

אם במהלך הסדנאות ולאחר ההתערבות של המבוגרים לא ניכרת השתנות ברמזים לעמדות הלאומניות האקטיביסטיות, בביטויי האלימות ובביטויים ההתנהגותיים הרגשיים החריפים, יש מקום לחשוב בשנית אודות התאמתם ליציאה למסע.

עם כל זאת חשוב לזכור כי הקריטריונים באשר הם, מגדירים עבורנו על מה להסתכל... אך הם אינם יכולים להסתכל במקומנו... בפרק על ההכנה תמצאו מספר הפעלות שיועברו בעת ההכנה למסע, שבעזרתן תוכלו להכיר את משתתפי המסעות ותלמדו להכיר את נקודות החולשה והקשיים, כמו גם את נקודות החוזק והכוח.

פלקט המציג את היוזמה החינוכית של שפי', בשיתוף עם מנהל חברה ונוער, בכנס 100 שנות הסתדרות

המסע לפולין

פרק 5

הטיפול בתלמידים בסיכון לפני, במהלך ואחרי המסע

א. שמירה על הבריאות הנפשית של משתתפי המסע

ב. הגדרת הקריטריונים של קבוצת התלמידים שבסיכון

ג. הטיפול בתלמידים בסיכון לפני, במהלך ואחרי המסע

א. שמירה על הבריאות הנפשית של משתתפי המסע

כמה סוגיות למחשבה

החברה הישראלית, המאופיינת בעומס אירועים ובחוויות בעלי משמעות לאומית, היסטורית ואף קיומית, מעמידה את המתבגר בפני אתגר מיוחד ומורכב. למורשת ולמטענים ההיסטוריים, כמו גם לציפייה לשירות הצבאי, השפעה משמעותית על תהליך ההתפתחות של המתבגרים בישראל: הם יוצרים אצלם דואליות ולעתים קונפליקט בין הצורך לפתח אוטונומיה ואינדיבידואליות מחד גיסא, לבין הצורך להזדהות ולחוש לויאליות לחברה, למדינה ולמורשת המשפחתית - מאידך גיסא.

בתקופה סוערת זו של גיל ההתבגרות ניצבת בפני המתבגרים הישראליים והמבוגרים המלווים אותם החלטה נוספת: האם להצטרף אל משלחת הנוער לפולין?

להחלטה זו קשורות דילמות ושאלות הנוגעות לזהותם ולכוחותיהם, לעמדותיהם ולערכיהם המשפחתיים, החברתיים והלאומיים, ומשמעות החיים והמוות בעיניהם. לא אחת מתלווים להחלטה אודות ההשתתפות במסע לחצים וציפיות חיצוניים משמעותיים הן משפחתיים (בעיקר כשהמתבגרים הם בנים למשפחה של ניצולי שואה), והן חברתיים (בחברות נוער בהן הנורמה המקובלת היא השתתפות במסע). ציפיות אלה מקשות על המתבגרים לקבל החלטה אישית בנושא, ועלולות לדחוף אותם להשתתפות במסע גם כשהם חשים מראש ספק לגבי יכולתם ו/או רצונם להשתתף בו.

המסע לפולין הוא חוויה אינטנסיבית רגשית וחברתית, הדורשת מהמתבגרים משאבים וחוסן נפשיים. במהלך המפגש מתרחש מפגש בין מסע ההתבגרות האישי לבין המסע אל ההיסטוריה היהודית, אל השורשים המשפחתיים, ואל השואה.

בתקופה בה עסוקים המתבגרים בחיפוש ובחיזוק ייחודיותם, כוחותיהם ויכולותיהם, מתחבר המסע בהכרח גם לספקות בדבר היעדר כוחות והיעדר התמודדות של יחידים בשואה, מה שעלול לאיים על המתבגר.

במהלך המסע, האינטנסיבי מאוד גם מבחינה חברתית, זקוקים המתבגרים לתמיכה, לקרבה וללכידות חברתיים, בעוד שבפועל הם חשים, לעיתים, בודדים, או עסוקים דווקא בשאלות של ייחודיות והיפרדות. המסע מערער לא אחת גם אמונות ודעות שבהן האמינו המתבגרים בעבר, ומעורר שאלות קשות על משמעות החיים והמוות, על טבע האדם, שאלות שעלולות לבלבל אותם וליצור גם הן איום וחרדה.

ההשתתפות במסע גורמת לניתוק ברור וחד, לעיתים ראשון, מהבית ומהגנת ההורים. בעת המסע נדרשים המתבגרים לתפקוד עצמאי יותר ולגילוי משאבים פנימיים, ולא תמיד הם כבר בשלים לכך. החשיפה לחוויות עוצמתיות כל כך מבחינה רגשית במהלך המסע, בתקופה בה הזהות העצמית עדיין לא לגמרי יציבה ומגובשת, עלולה להיות קונפליקטואלית אף היא.

בעת שהמסע לפולין טומן בחובו סיכון לבריאותו הנפשית של המתבגר, הוא גם מאפשר הזדמנות להתבגרות מהירה. המסע פועל כמאיץ להשגת בגרות דווקא אצל מתבגרים שאינם בשלים דיים ומשפר את מיקומם החברתי של חלק מבני נוער לא מקובלים ואף דחויים חברתית.

עובדות אלה הופכות את ההחלטה של אנשי החינוך ובריאות הנפש אם להמליץ על השתתפותם במסע של נער או נערה המעוררים דאגה בדבר יכולותיהם להתמודד נכון עם אתגרי המסע, למורכבת מאוד.

לאור זאת תפקידם של הגורמים החינוכיים והטיפוליים האחראיים על המסעות לפולין לשאול את עצמם ברגישות ובמקצועיות מיהם המתבגרים אשר יוכלו לעמוד במסע מבחינה רגשית וחברתית, מיהם אלה אשר יזדקקו למידה רבה יותר של ליווי ותמיכה מקצועיים לפני, במהלך ואחרי המסע, ומיהם המתבגרים אשר המסע עלול להעמידם במצב של סיכון רגשי משמעותי.

אנו ממליצים בפני אנשי חינוך ובריאות הנפש המתמודדים עם סוגייה זו לאפשר לרוב המכריע של התלמידים החפצים להצטרף למסע, לעשות כן, עם סייגים שעליהם נרחיב.

ככלל ניתן להגיד שקרוב ל-100% מהתלמידים מסוגלים לחוות את המסע ולחזור בריאים ושלמים ממנו, בתנאי שיקבלו את התמיכה הרגשית הנדרשת בכל שלב ושלב. אך אין זה מספיק לחשוב על התלמידים הזקוקים לתמיכה, אלא יש לחשוב מיהם המבוגרים המשמעותיים המלווים אותם במסע ומיהם חבריהם. בנוסף לחשיבה על המכלול האנושי יש לאבחן את פוטנציאל הקשרים האישיים העשויים להתרחש ביניהם.

לפי האמור אין זה נכון לקבל החלטה בדבר הצטרפותם או אי הצטרפותם של תלמידים למסע רק על סמך הסתכלות עליהם בלבד, אלא נכון יותר לחשב את מכלול המרקם האנושי המלווה אותם, ובמיוחד מיהם המבוגרים האחראים לקבוצה. תלמידים בעלי קשיים מורכבים למדי המוגדרים בקבוצת הסיכון יתמודדו בהצלחה ואף יתבגרו ויתגברו על חלק מקשייהם בזכות המסע, כשהמלווים אותם מספקים להם תמיכה התואמת את צורכיהם. לעומתם, חבריהם שאינם מעוררים סימני שאלה לפני המסע, עלולים לפתח משבר אישי בעת או אחרי המסע ללא קבלת תמיכה קבוצתית או אישית מדמויות סמכותיות.

אנו ערים למורכבות הדברים כפי שאנו מציגים אותם כאן. לא נוכל לתת מדריך עזר לניתוח מקצועי של מורים מלווים או של ההרכב האנושי והחברתי של כל קבוצה וקבוצה. בלי לבטל את עמדתנו זו נתרכז באפיונים השונים של התלמידים המועמדים לצאת למסע ונשתמש בחומר המובא כאן לעזר לנו, בתהליך החשיבה.

ב. הגדרת הקריטריונים של קבוצת התלמידים שבסיכון

התלמידים שבסיכון לפני המסע: המתבגרים אשר מומלץ לאתר לפני המסע כקבוצת סיכון אפשרית ולבחון את שאלת הצטרפותם אליו, מוגדרים על ידינו תוך שימוש בקטגוריות הבאות:

- תלמידים עם בעיות חברתיות - תלמידים מבודדים, דחויים ונלעגים, שיתקשו למצוא מקורות לתמיכה חברתית במהלך המסע.
- תלמידים עם בעיות התנהגות ומשמעת בולטות, או שמאופיינים בהתנהגות תוקפנית ואלימה. (אף שיש לקחת בחשבון את כוחות האגו של התלמיד עם בעיות ההתנהגות: מפני שאם מדובר במתבגר מורד בלבד הוא עלול להפריע בעיקר למבוגרים המלווים אותו, אך הוא בעצמו איננו בסיכון).
- תלמידים מופנמים ורגישים במיוחד, הממעטים בביטוי מילולי ורגשי.
- תלמידים עם נטיות דכאוניות, מחשבות ו/או מעשים אובדניים בעבר או בהווה.
- תלמידים עם בעיות נפשיות מאובחנות / מטופלות.
- תלמידים עם הפרעות אכילה.
- תלמידים שעברו בעצמם ו/או שאירע בסביבתם הקרובה אירוע טראומטי אישי/משפחתי/חברתי בעיקר בתקופה האחרונה.
- תלמידים שבמהלך ההכנה למסע מגלים חרדת-יתר, רגישות-יתר, היסוס ופחדים מפני המראות אליהם ייחשפו במהלך המסע.
- תלמידים עם רקע משפחתי בעייתי במיוחד ו/או היעדר תמיכה הורית.
- תלמידים שנרשמו למסע עקב לחץ משפחתי/חברתי - לא בחרו לצאת, אלא חשים מחויבות לכך.

(הקריטריונים מפורטים בפרק 4)

התלמידים שבסיכון במהלך המסע: התלמידים אשר מוגדרים כקבוצת סיכון במהלך המסע ואשר מומלץ ללוותם ולבחון את מצבם ואת צורכיהם הרגשיים בתשומת לב מיוחדת:

- תלמידים שהיו מוגדרים כקבוצת סיכון לפני המסע, ויצאו אליו.
- תלמידים המתקשים בעיבוד חוויות המסע ובביטוי רגשי, מופנמים ולא לוקחים חלק בשיחות.
- תלמידים המגיבים בתגובות רגשיות קיצוניות ו/או לא מותאמות שחוזרות על עצמן.
- תלמידים מבודדים חברתית, דחויים ומבוקרים ע"י הקבוצה.
- תלמידים שבעת המסע חל שינוי קיצוני בסגנון ההתנהגות והביטוי הרגשי והאינטראקציות הבינאישיות שלהם יחסית לעצמם לפני המסע.
- תלמידים עם תופעות פיזיולוגיות - תלונות סומטיות (תלונות על כאבים ומיחושים כרוניים או חוזרים במהלך המסע - תלונות אלה מובעות בפני המורה המלווה או הרופא), הפרעות

אכילה ושינה שלא היו קיימות לפני המסע.

- תלמידים עם התנהגות הימנעותית מתמשכת מהשתתפות בפעילויות המסע.
- תלמידים עם בעיות משמעת וסמכות בעת המסע, שלא היו קיימות לפניו.

התלמידים שבסיכון אחרי המסע: התלמידים אשר מוגדרים כקבוצת סיכון לאחר החזרה מהמסע ואשר מומלץ לעקוב אחריהם לאורך תקופה משמעותית:

- תלמידים שהיו מוגדרים כקבוצות הסיכון הקודמות והשתתפו במסע.
- תלמידים שלאחר המסע חל שינוי משמעותי יחסית לעצמם מבחינה התנהגותית, רגשית, חברתית, תפקודית ו/או לימודית, הנמשך מעבר לזמן המיידי שלאחר החזרה מהמסע.
- תלמידים שלאחר המסע חל שינוי משמעותי בדפוסי האינטראקציה שלהם עם המבוגרים המשמעותיים להם כגון: התנתקות, הסתגרות, ביקורתיות, ביטוי כעסים קיצוני (במיוחד אם הם בנים למשפחות ניצולי שואה).
- תלמידים שלא יצאו למסע כחריגים בתוך קבוצה כיתתית/חברתית שהשתתפה במסע ברובה.

קבוצת סיכון גבוה במיוחד: את הנכללים בקבוצה זו לא מומלץ ככלל לצרף למסעות לפולין (פרט למקרים יוצאי דופן אשר יישקלו לגופו של עניין):

- תלמידים שביצעו בעבר מספר ניסיונות אובדניים ואשר עדיין מוגדרים כנתונים בסיכון רגשי.
- תלמידים עם התנהגות אנטי חברתית בוטה.
- תלמידים הסובלים מהפרעת אכילה פעילה חריפה.

יער לופוחובה

ג. הטיפול בתלמידים בסיכון לפני, במהלך ואחרי המסע

מקוצר היריעה לא יידון כאן נושא העבודה הישירה עם הילדים שבסיכון. אולם בשל חשיבותן יוזכרו להלן מספר נקודות לתשומת לב בעת העבודה עם התלמידים שבסיכון, כיחידים ובתוך הקבוצה:

- חשוב כי הגורמים המלווים יפקחו עין ויצפו בהתנהגות ובתגובות התלמידים, תוך הסתייעות בקריטריונים שהוגדרו לעיל.
- מומלץ להרבות ביחס חם ותומך לכל מי שזקוק לכך, ולוודא שתמיד תהיה בסביבה "אוזן קשבת" זמינה.
- מאידך יש להיזהר ולהימנע מדאגת יתר, שעלולה לחדד קשיים.
- חשוב לתת לגיטימציה ולעשות נורמליזציה לרפרטואר תגובות ורגשות רחב, הצפוי במצבי לחץ בכלל ובהקשר למסע בפרט.
- יש לעודד ולקדם את לכידות הקבוצה, לעודד עזרה ותמיכה הדדית בתוך הקבוצה, ותמיכה של התלמידים ה"עמידים" יותר ברגישים יותר.
- חשוב לעודד את התלמידים לדבר ולדאוג שבשיחות הקבוצתיות לכולם יהיה זמן להתבטא. בעת השיחות יש לשים לב במיוחד למי ששותקים, או למי שמגיבים בתגובות לא מותאמות.
- יש להגן על התלמידים החושפים עצמם בכנות רבה מפני תגובות ביקורתיות של אחרים - לעודד אווירה פתוחה ומקבלת.
- בעת שיחה על מצוקות ועל בעיות מומלץ להפעיל הקשבה אקטיבית ואמפאתית. לתמוך בדרך של "פתרון בעיות" ולחפש המשך תמיכה לנזקק מתוך הקבוצה או מחוצה לה.
- לא "לברוח" מדיון ומשיחה על נושאים כואבים ורגישים במיוחד.

חשוב לגלות רגישות רבה בתהליך אישור/ביטול היציאה של תלמידים בסיכון, וללוות אותם ואת משפחתם באהדה.

אנו ממליצים לערוך דיון בפורום חינוכי מורחב לגבי תלמידים שיש לגביהם ספק או סיכון. פורום זה יכלול את מנהל ביה"ס, רכז המסע לפולין, מחנך הכיתה, יועץ/ת פסיכולוג/ית, מספר מצומצם של אנשי צוות המכירים את התלמיד/ה והורים (בהתאם לשיקול דעת). בית הספר צריך לקבל החלטה מושכלת בשיתוף עם התלמיד/ה והוריו/ה.

לסיכום

רבים מבני הנוער הישראלים מבקשים לקחת חלק במשלחות הנוער היוצאות למסע לפולין. למסע זה, שהוא חוויה ייחודית וחד-פעמית, המהווה שיא של פעילות חינוכית בנושאי ההיסטוריה של עם ישראל, אזרחות ושייכות למדינה, יש משמעות רבה ביותר עבור בני הנוער. היציאה למסע מתרחשת תוך כדי מסע נוסף, מורכב ואינטנסיבי בעוצמתו הרגשית שעוברים בני הנוער - המסע לעבר הבגרות, לעבר פיתוח העצמאות והזהות האישית והקשרים הבינאישיים הבוגרים.

מבחינה רגשית, מתרחשים שני המסעות במובנים מסוימים זה בצד זה, ובמובנים אחרים - בניגוד מסוים זה לזה. בגלל עוצמתו הרגשית טומן בחובו המסע לפולין סיכון וסיכוי כאחד. מטרתנו לצמצם עד למינימום את הסיכון לפגיעה רגשית במשתתפים במסע ולעומת זה להגביר ולאפשר את הסיכוי להתפתחות אישית, רגשית וחברתית שהיא מנת חלקם של רוב משתתפי המסעות לפולין.

לדעתנו יש לאפשר בתנאים המתאימים למירב התלמידים הרוצים בכך להשתתף במסע, ויש לעשות כל מאמץ להימנע מניפוי תלמידים, גם כאלה הנכללים בקבוצות הסיכון (פרט לאלה השייכים לקבוצת סיכון גבוה במיוחד). יש להבטיח את שלומם הנפשי של בני הנוער בכלל ושל אלה שבסיכון בפרט בשתי דרכים עיקריות:

1. תהליך הליווי של בני הנוער חייב להתרחש בשלושת השלבים: לפני המסע, במהלכו ואחריו.
2. חיונית ההשתתפות האינטנסיבית של אנשי מקצוע טיפוליים - פסיכולוגים ויועצים, בכל התהליך כולו, החל משלב ההכנה, דרך ליווי הקבוצה במסע בפועל, וכלה בתקופה שלאחר החזרה ממנו.

חוויה חיובית של השתתפות במסע לפולין דווקא לנערים/ות מקבוצות סיכון שונות, ועמידה באתגר הרגשי והחברתי הכרוך בהשתתפות במסע זה, עשויה להיות מנוף חיובי ביותר לחיזוק, לשיקום ולהתבגרות של נערים/ות אלה. חוויה זו, אם תהיה חיובית, עשויה להקרין אל שטחים התפתחותיים נרחבים ולכוון את דרכם של הנערים/ות לעבר העתיד למסלול חיובי ואיתן יותר.

מגדל השמירה, מאידנק

המסע לפולין

פרק 6

התרומה הייחודית של אנשי שפ"י במשלחות הנוער לפולין

רציונל

אנשי שפ"י העובדים במערכות החינוך השונות מעורבים בכל הפעולות הנוגעות לבריאותם הנפשית של התלמידים. מתוקף תפקידם זה נגזרות פעולותיהם הן ברמת הפרט והן ברמת המערכת.

פרק זה מגדיר את שילובם של אנשי שפ"י בתהליכי ההכנה והליווי של משלחות הנוער.

המסע לפולין הינו שיאו של תהליך למידה הנמשך לאורך שנים והמתקיים בשנות ההתבגרות והלמידה בכיתות הגבוהות בחט"ע. המסע הייחודי מהווה תמהיל מיוחד במינו של מרכיבים ערכיים, קוגנטיביים, רגשיים - חווייתיים וחברתיים. אנו רואים בו תהליך מקדם צמיחה, התורם לגיבוש הזהות האישית של התלמידים.

רוב בתי הספר משקיעים מחשבה, משאבים וזמן בהכנת המשלחות היוצאות לפולין, אך לא כולם כוללים אנשי שפ"י בצוות המכין את המסע ו/או במסע עצמו, ונשאלת השאלה: האומנם הכרחי לשתפם?

הכשרתם של אנשי שפ"י כוללת ידע בפסיכולוגיה, בתחומי ההתנהגות האנושית ובתהליכי שינוי. יכולת מקצועית-אובייקטיבית זו יכולה לסייע לצוות המלווה באיסוף וניתוח התנהגויות, בקבלת תובנות לגבי תהליכים אישיים וקבוצתיים, באיתור מצבי סיכון ובמתן תגובה טיפולית ראשונית.

היכרותו של הפסיכולוג החינוכי/היועץ את המערכת החינוכית בתפקודה השגרתי יכולה לסייע לו לזהות תחומים של תפקוד לקוי ושל תגובות חריגות ובלתי הולמות למצב. הידע אודות התפתחות ילדים מאפשר אבחון וזיהוי מצבי סיכון בשלבי המסע השונים והפעלת התערבויות - בהתאם. הרציונל התומך בכניסה של אנשי שפ"י נובע מחשיבות איתור תגובות חריגות והתערבויות בסמוך לאירוע, אשר מהווה תרומה משמעותית במניעת תגובות פוסט טראומטיות.

יש מקום להתערבות אנשי שפ"י בהכנת המשלחת, בליווי בפולין ובחזרתה לארץ כחלק מתפקידם כמובילי תהליכים לקידום צמיחה (רגשית, חברתית וקוגניטיבית) של כלל אוכלוסיות התלמידים, תוך התחשבות בשונות ובצרכים מיוחדים, כדי להבטיח התפתחות אישית חברתית תקינה של התלמידים.

מקומם של היועצים והפסיכולוגים בשלושה מעגלי עשייה:

1. בתוך בית הספר.
2. בהכשרת צוותי מורים ומדריכים.
3. בליווי משלחות לפולין.

א. תפקידם של היועצים והפסיכולוגים בתוך בית הספר

על היועצים והפסיכולוגים להתחיל בפעילותם מהשלב הראשוני בו בית הספר מצהיר על כוונתו להוציא משלחת לפולין. סיום מעורבותם יחול הרבה לאחר חזרתה.

1. שלב ההכנה

- סיוע להנהלת בית הספר בבניית הקבוצה, כולל הכנת רשימת "תלמידים בסיכון".
- בירור ציפיות והכנת "תהליכים מקדימים" לטיפול במגוון הקשיים הצפויים במסע בסדנאות ובהנחיית קבוצות.
- הדרכה, תמיכה וייעוץ לכל המשתתפים בכל תחומי המסע הנוגעים לרגש ולהיבטים החברתיים.
- פיתוח מיומנויות הסתגלות למצבים המשתנים, אותם חווים במסע, ופיתוח התארגנות רגשית טובה יותר במעברים הרגשיים החדים הצפויים במסע.
- פיתוח תקשורת בין-אישית מעמיקה ומשמעותית והפיכת הקבוצה למקור לסיוע, לתמיכה ולהגנה הדדית.
- בהגדרה ובסימון בעיות צפויות כגון: תלמידים במצב של סיכון רגשי, בעיות סמכות ומשמעת בין תלמידים-תלמידים, מבוגרים-תלמידים, חרדות ותגובות לחץ אחרות, מיקום בהיררכית התפקידים ועוד.
- עבודה עם כל אחד מבעלי התפקידים באופן אישי ומאידך עבודה עם הצוות כולו על נושאים הקשורים לאינטראקציות ביניהם, כגון: תיאום ציפיות, הגדרת תפקידים, בנית מודל עבודה וטיפול בקונפליקטים שעלולים לעלות, וניתוח תסריטים אפשריים בחיי המשלחת.
- סיוע למנהלי בתיה"ס בתהליך בחירת אנשי המשלחת ו/או סיוע בשאלות הנוגעות להשתתפות תלמידים מסוימים במשלחת.

2. שלב המסע - (הכוונה לאנשי שפ"י היוצאים למסע במסגרת בית ספרם)

אנשי שפ"י יהיו זמינים לתמיכה, להיוועצות ולסיוע לאנשי הצוות בטיפול בבעיות חריגות העולות במהלך המסע. תלמידים ואנשי צוות יוכלו להיוועץ בהם באירועים ובדילמות אשר יתעוררו במהלך המסע.

אנשי שפ"י ייקחו חלק פעיל בהנחיית שיחות הערב, ובניתוח התגובות וההתמודדות לאחר השיחות.

בעזרת צפייה, מעקב וקשב יאתרו תלמידים המתקשים לתפקד חברתית/רגשית יעקבו באופן צמוד אחר תלמידים שיש לגביהם מידע מוקדם לגבי סיכון אפשרי.

3. לאחר השיבה

בשלב זה יפעלו אנשי שפ"י למען הליך עיבוד רגשי, שיאפשר סגירה ורצף עם מהלך החיים ויחזקו את היכולת לשוב למשימות ולאורח החיים הרגיל.

יסייעו ביצירת פרספקטיבה, תובנה ומשמעות לידע ולרגש שנרכשו במסע.

יגלו ערנות לגבי קושי בחזרה לבית הספר בעקבות המסע ויזהו שינויים משמעותיים בתגובות ובהתנהגות.

יעקבו אחר בוגרי המסעות בהתמודדותם עם נושא המוות, עם זיכרונות המסע והפרידה מהקבוצה.

אנשי שפ"י יסייעו ביצירת מפגש מכיל ומלמד בין השבים מהמסע לבין חבריהם לכיתה שלא יצאו למסע.

יעודדו עריכת מפגשים העוסקים בנושאים העולים בעקבות המסע: דילמות ערכיות שעולות, המפגש עם המוות, הזיכרון הקולקטיבי, הזהות האישית והקולקטיבית, המסע כמלמד וכנותן משמעות לחיים, הלמידה האישית מתוך המסע, המסע הפנימי והמסע החיצוני ועוד.

ב. הכשרת צוותי מורים

כאנשי בריאות הנפש אנו רואים את תפקידנו כמכוונים לראייה מזווית אחרת, כמאירים סיטואציות שעלולות להיות קשות, וכמסייעים במציאת כלים לפתרון בעיות.

הנחיית המורים המלווים בהשתלמויות תיעשה לאחר תיאום ברמת התוכן והמבנה עם מנהל חברה ונוער.

את הסדנאות יעבירו יועצים ופסיכולוגים, בוגרי קורס שפ"י לנושא השואה ומשלחות הנוער.

היעד - לסייע לאוכלוסיית המורים, אותה מיפינו כ"בטן הרכה" של המסע ולאפשר להם להיות משמעותיים לבני הנוער.

מטרות ההתערבות:

1. להעצים את המורים המלווים בתפקידם בחוויה הייחודית, תוך מתן ידע וכלים אשר יאפשרו להם לתפקד ולהתמודד התמודדות יעילה.
2. להכין את המורה לקראת תפקידו במשלחת לפולין- כאדם, כמורה וכאיש צוות.
3. להרחיב את המשמעות של החיבור למסע והשלכותיו על תפקיד המורים המלווים (תפקידים טכניים, ארגוניים, אישיים, בין אישיים, קבוצתיים ועוד).
4. יצירת תבנית מקיפה ורציפה של התפקיד, אשר תסייע להגברת המודעות.
5. העצמת יכולות קיימות אצל המורים, לצורך התמודדות עם מצבים לא מוכרים או קשים במהלך המסע (מאתרים, מסייעים, מנחים, מובילי קבוצה, מודלים להתנהגות ועוד).

זאת ועוד - העבודה בסדנת המורים המלווים מהווה מודל לתהליך העבודה עם בני הנוער באופן מקביל. לפיכך, ניתן להאיר את תשומת לב המשתתפים לפתיחה, להתנהלות ולסיכום, כמו גם להקשבה ולהכלה שבשיחה זו.

דגם למבנה הסדנא - הצעה לפעילות

הסדנא נועדה למורים המלווים את המשלחות לפולין והיא מועברת בהשתלמויות הנערכות מטעם מנהל חברה ונוער במכוני השואה השונים. על פי המודל אנו מעבירים סדנאות לצוותי המורים בפורום של קבוצות קטנות (עד 25 אנשי בקבוצה).

ההכנה כוללת את הנושאים הבאים:

- פתיחה לנושא - בעזרת אמצעים אומנותיים או הקראת קטע אישי, הצגת המנחה והקשר שלו/ה לנושא.
- הצגת מטרות הסדנא - מפורט לעיל.
- החיבור האישי והמקצועי של המורים לנושא - בירור המקום ממנו יוצאים המורים למסע או כיצד רואים את כפל התפקידים הצפוי להם - כאדם וכבעלי תפקיד. בחלק זה ניתנת אפשרות לכל המשתתפים להציג חוויות מעברם, סיפור משפחתי, חוויה שעברו וכדומה. חשוב לנו לתת מקום לכל אחד ואחת, לעורר הקשבה פעילה של המשתתפים ולפתח את היכולת לשאול, להתחלק ולהתחבר.
- בירור מורכבות התפקיד בעזרת קטע שנכתב על ידי מורה מלווה במהלך המסע ובו מתוארים חוויות/קשיים/בלבול/וסיפוק של יום במסע.... (בפרק 3 לדוגמא, מתוארים תלמידים שאינם מתחברים, קטע מרגש במסע, תלמידים שאינם הולכים לישון בלילה, הקושי הרגשי של המורה, תחושת הבלבול על שהמורה אינו מצליח לתפקד כפי שרגיל בביה"ס, תפקידו של המדריך/ה והתייחסותו/ה אל המורה ועוד).
- המשגת ההבדלים בתפקיד המורים המלווים לתפקידם בבית ספרם, במטרה להכין לקראת השינוי הצפוי להם. הגברת ההבנה בדבר משמעות תפקידם במסע. למעשה, זוהי הגדרת תפקידים והבנת המבנה הארגוני וההיררכי של המשלחת. שיחות ערב - עיקרי נוהל שיחות ערב ורצף השיחות המומלץ לקיים במסע.
- הכרת מיומנות ההקשבה הפעילה, בעזרת מידע ותרגול בעזרת משחקי תפקידים.
- חידוד הרגישות לקשיי התלמידים ולתלמידים בעלי התנהגויות ותגובות חריגות. אנו מדברים על מה יכולים לעשות המורים ולתרום באופן ייחודי, כיצד יוכלו לאתר מקרים הדורשים התייחסות במהלך המסע ולטפל בהם. לטיפול ראשוני זה יתרונות על פני טיפול בשלב החזרה לארץ.
- מתן זמן לשאלות, סיכום הסדנא.

ג. אנשי שפ"י המלווים את משלחות הנוער הממלכתיות

המסע לפולין מעביר את המתבגרים היוצאים אליו תהליך משמעותי החופן בחובו גורמי לחץ ועומס רגשי. מתוך ראייתנו את עבודת היועצים והפסיכולוגים החינוכיים כחיונית בכל מערכת חינוכית בימים כתיקונם, ברור לנו כי בזמנים של לחץ ויציאה מהפעילות השגרתית התערבותם נחוצה אף יותר. לפיכך הימצאותם של אנשי שפ"י יכולה להפחית ולהקל את ההתמודדות עם גורמי לחץ אלה. אנו רואים חשיבות רבה בהימצאותו של גורם טיפולי, חיצוני למערכת, אשר יוכל לסייע לכל הגורמים לאורך המסע.

בחלק זה נציג מודל להגדרת תפקידו של איש שפ"י המלווה את משלחות הנוער הממלכתיות מטעם משרד החינוך והתרבות - מנהל חברה ונוער.

חלק א' - חוזה ההצטרפות

על אנשי שפ"י המלווים את משלחות הנוער להיות בוגרי קורס "יועצים ופסיכולוגים לנושא משלחות הנוער" מטעם שפ"י ומנהל חברה ונוער, כתנאי לתפקידם זה. הצטרפותם למשלחות תיעשה בשיקול דעת עם מנהל חברה ונוער והם יהוו משאב למשלחות האחרות הנמצאות באותה עת/בו זמנית בפולין.

על איש שפ"י להשתלב במקסימום פגישות ההכנה (לפחות ב- 80%) ובפעילות צוותי העבודה השונים:

1. מפגש ראשי המשלחות - מתן הסבר אודות תפקידו של מי שמייצג את הצד הרגשי של המסע.

2. מפגש צוות - הסבר מילולי וסדנא.

3. כנס המשלחת - הצגת התפקיד והסיוע בפני התלמידים העתידים להשתתף במסע.

עוד בטרם היציאה למסע, יהיה עליו להיות זמין לפניות של צוותי בתי הספר, להתלבטויות ולשאלות. בכך יהיה קונסולטנט לצוותים בנושאים הבאים:

- התאמת התלמידים למסע
- תלמידים בסיכון
- הדרכה, תמיכה וייעוץ בתהליכי בניית צוות המסע
- פיתוח תקשורת
- סיוע בפענוח דרכי עבודה

במהלך המסע יהיה כפוף איש שפ"י למנהל המסע, עליו להיות בקשר עם ראשי המשלחות וצוות הקבע. תפקידו יכלול בחלקו פעולות פרואקטיביות ובחלקו ייתן מענה לצרכים שיעלו במהלך המסע, כל אלה יפורטו בחלק הבא.

הר האפר, מאידנק

חלק ב' - סל שירותים אפשריים שיינתן ע"י אנשי שפ"י

קונסולטנט לצוותים בנושאים הבאים:

- בהתאם לדילמות ולצרכים המתעוררים במהלך המסע.
- תמיכה באנשי העדות.
- סיוע ותמיכה במורים המלווים (בשילוב המורכב של מסעם האישי והתפקידי).
- התבוננות בתופעות קבוצתיות-מערכתיות.
- התייעצות עם רופא המשלחת.
- זמינות לפניות.

עבודה פרואקטיבית מתוכננת במהלך המסע:

שיחות ערב - סיוע וליווי.

קשר בית - משתתף.

לאחר ביקורים דרמטיים/טקסים.

שותפות בפורומים המערכתיים הנוצרים במהלך המסע, כגון: ישיבות המדריכים, ישיבות צוות מורחבות (כולל מורים מלווים) - בתיאום עם ראש המשלחת.

טיפול בחריגים:

פרואקטיבי - מעקב לאור המידע המוקדם המתקבל לפני המסע (רשימות ילדים בסיכון).

ריאקטיבי - על פי קריאה - טיפול באירועים חריגים המתרחשים במהלך המסע.

לסייע בזיהוי, בקונסולטציה ובתמיכה על מנת לאפשר התרחשותם של תהליכים מיטביים.

לאחר המסע:

יצירת קשר עם בתי הספר לגבי התלמידים שאותרו.

המסע לפולין

סיכום

תפקידם של אנשי שפ"י בהקשר של המשלחות לפולין הינו נגזרת של תפקידם במערכת החינוך בכלל. עבודתם של אנשי שפ"י צריכה להיעשות בראיה מערכתית, בשיתוף עם מנהל/ת בית-הספר ועם צוות המשלחת והמחנכים.

כאחראים על הרווחה הנפשית, עליהם להאיר את הממדים הרגשיים הנלווים לחוויה ולמקד את מאפייני גיל ההתבגרות ושאר הרכיבים הרגשיים-חברתיים-פסיכולוגיים היכולים להשפיע על תפקוד המשלחת. תהליך זה הוא תהליך דינאמי וצפוי שיתרחש במהלך החודשים של הכנת המשלחת. כמו כן, תפקידו ייחודי בליווי בחוויה ובעיבוד הרגשי לאחר המסע.

כפי שראינו עבודת היועץ והפסיכולוג בליווי תהליך המשלחות לפולין מורכבת ודורשת ידע בתחומים שונים. בחוברת זו שרטטנו מודל המדגים את מגוון התחומים הנוגעים לעבודת אנשי שפ"י בהקשר למסעות. מכיוון שתחום זה הוא מורכב, רצוי ללוות את העבודה השוטפת במשובים, בהתעדכנות ובלמידה בלתי פוסקת.

אנדרטת יאנוש קורצ'אק בבית הקברות היהודי בוורשה

מקורות

אופיר, ע' (1995). על תחושות שאין להביע במילים ועל לקחים שאין להטיל בהם ספק. **בשביל הזיכרון**, 7, 15-11.

אורון, י' (2003). **מכאוב הדעת - סוגיות בהוראת השואה והג'נוסייד**. תל-אביב: האוניברסיטה הפתוחה.

בן עמוס, א' ובית-אל, א' (1999). טקסים חינוך והיסטוריה: יום השואה ויום הזיכרון בבתי הספר בישראל. בתוך ר' פלחדי ו-ע' אטקס (עורכים), **חינוך והיסטוריה הקשרים תרבותיים ופוליטיים**. ירושלים: מרכז זלמן שזר.

בר-און, ד' וסלע, א' (1991). מעגל הקסמים: בין התייחסות למציאות והתייחסות לשואה בקרב צעירים ישראלים. **פסיכולוגיה**, ב (2), 138-126.

גולן, ס' (1993). **גשרים בין שואה לתקומה**. תל-אביב: משרד החינוך.

גרוס, ת' (2000). השפעת תהליך המסע לפולין במסגרת משרד החינוך על עיבוד השואה. חיבור לשם תואר מוסמך. המחלקה למדעי ההתנהגות. אוניברסיטת בן גוריון.

הר-אבן, ג' (1989). אושוויץ בזמן המיתי. **פוליטיקה**, 25, 63.

הריסון, ג' (2002). הבניה חברתית של טקסי זיכרון אזרחיים בבתי הספר בישראל. בתוך נ' מסלובטי ו-י' עירם (עורכים), **חינוך לערכים בהקשרים הוראתיים מגוונים**. תל אביב: הוצאת רמות.

יעוז, ח. (1999) . תמורות בהוראת נושא "השואה" בספרות בביה"ס התיכון 1950- 1995. בתוך: ר. גלובמן, י. עירם (עורכים), **התפתחות ההוראה במוסדות החינוך בישראל**. (עמודים 391 - 402). תל-אביב: הוצאת רמות.

משרד החינוך, התרבות והספורט (1991). **חוזר מנכ"ל מיוחד אודות מסעות בני נוער לפולין**, ז' שבט ה'תשנ"א.

משרד החינוך, התרבות והספורט (1999). **חוזר מנכ"ל תשנ"ט/10 (א). חינוך חברתי וחינוך בלתי פורמלי. 7.6 מסעות בני נוער לפולין ולצ'כיה "את אחי אנכי מבקש"**. סיוון ה'תשנ"ט.

משרד החינוך, התרבות והספורט (2004). **חוזר מנכ"ל תשס"ה/4 (ב). משלחות הנוער לפולין - "את אחי אנכי מבקש"**. י"ח בכסלו התשס"ה.

פירר, ר' (1989). **סוכנים של הלקח**. תל אביב: הקיבוץ המאוחד, 39-32.

פלדמן, ג' (1995). עליה לרגל לאתרי ההשמדה לפולין. **בשביל הזיכרון**, 7, 10-8.

פלדמן. ג' (1998א'). מעל בורות המוות ומתחת לדגל ישראל המונף לרמה: מבנה משלחות הנוער הישראליות לפולין בעקבות השואה ומשמעותן. **ילקוט מורשת** 66, 11.

פלדמן, ג' (1998ב'). **"את אחי אנוכי מבקש": מסעות בני נוער ישראליים לפולין בעקבות השואה**. חיבור לשם תואר דוקטור, החוג לאנתרופולוגיה, האוניברסיטה העברית, ירושלים.

קרן, נ' (1985). **השפעות דעת הקהל מחד-גיסא ומחקר השואה מאידך-גיסא על תולדות הוראת השואה בבתי-הספר הממלכתיים העל-יסודיים ובחינוך הבלתי פורמאלי בישראל בין השנים 1948-1981**. חיבור לשם קבלת תואר ד"ר לפילוסופיה, האוניברסיטה העברית, ירושלים.

קרן, נ' (1986) . נושא השואה בחברה הישראלית ובמערכת החינוך בשנים 1981-1948, **ילקוט מורשת**, מ"ב, 193-202.

קרן, נ' (1992). מסעות בני נוער לפולין - הרהור שני. **סקירה חודשית**, 7, 46-47.

רומי, ש' ולב, מ' (2003א'). ידע, רגשות ועמדות של בני נוער ישראליים כלפי השואה: שינויים בעקבות המסע לפולין. **מגמות**, מ"ב (2), 219-239.

רומי, ש' ולב, מ' (2003ב'). **השפעת מסע בני נוער לפולין על עמדותיהם כלפי השואה בתחום הקוגניטיבי ובתחום הרגשי - מחקר מעקב**. מכון מופ"ת ומכללת בית ברל.

שגב, ת' (1991). **המיליון השביעי - הישראלים והשואה**. ירושלים: בית הוצאה כתר.

שכטר, ח' (2002). **השפעת מסע בני נוער לפולין על האמפתיה לסבלם של ערביי ישראל**. חיבור לשם קבלת תואר דוקטור, החוג לחינוך, אוניברסיטת חיפה.