מערך פעילות

מלימון ללימונדה | גרסה להדפסה

התמודדות עם אכזבה בשיבוץ

משך: שעה וחצי
קהל יעד: ש״שנים
עזרים: כרטיסיות עדויות, דפים ריקים, דפי "מכתב לחבר", עטים, מעטפות

המערך מנוסח בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד, אך מיועד לכל המגדרים

רציונל

תהליך המיון והשיבוץ לצה״ל אינו תמיד בשליטתנו. רבים מהש״שנים ייתקלו ברגע שבו השיבוץ לא תואם את מה שרצו: לא התקבלו למסלול שחלמו עליו, שובצו לתפקיד שלא הכירו, או נאלצו לוותר על משהו חשוב. הרגע הזה עלול לעורר אכזבה, תסכול, כעס ותחושת כישלון – לעיתים דווקא אחרי שנה שבה הם הרגישו משמעותיים ומצליחים.

לצד האפשרויות המעשיות (כמו ערעור), חשוב לתת מקום גם להתמודדות הרגשית: איך מקבלים את מה שלא בחרנו, ואיך מוצאים בו משמעות. במפגש זה נעסוק בהתמודדות עם אכזבה דרך עדויות, שיח ומכתב אישי.

מטרות

- ✓ מתן לגיטימציה לתחושות האכזבה והתסכול סביב השיבוץ.
- ✓ היכרות עם דרכי התמודדות שונות עם מציאות שלא בחרנו.
- ✓ חיזוק היכולת למצוא משמעות גם בתפקיד שלא היה בחירה ראשונה.

מהלך

1 פתיחה – הלימון והלימונדה שלי

נסביר שהיום נדבר על רגע שרבים מאיתנו עלולים לפגוש בתהליך הגיוס – הרגע שבו השיבוץ לא תואם את מה שרצינו – ועל הדרכים להתמודד איתו.

נבקש מכל משתתף להיזכר במקרה שבו משהו לא הלך כמו שתכנן (מקום שלא התקבל אליו, טיול שהשתבש, תוכנית שהתבטלה) – אבל בסוף יצא ממנו משהו טוב או מפתיע. כל אחד משתף בסבב קצר: **מה היה ה"לימון", ומה הייתה ה"לימונדה"?**

2 תערוכת עדויות

נתלה בחדר את כרטיסיות העדויות (נספח 1) – סיפורים אמיתיים של חיילים וחיילות שלא קיבלו את מה שרצו. המשתתפים מסתובבים בחדר כמו בתערוכה, קוראים את העדויות, ומדביקים ליד כל עדות פתקית עם מחשבה, שאלה או משפט שהם היו אומרים לכותב.

שאלות לדיון

- איזו עדות נגעה בכם במיוחד? למה?
- אילו דרכי התמודדות מופיעות בעדויות? מה עזר לכותבים?
- מה ההבדל בין "להשלים" לבין "לוותר"?
- מתי נכון להיאבק על שינוי (למשל בערעור), ומתי נכון לנסות למצוא את הטוב במה שיש?

הערה למנחה: העדויות מבוססות על סיפורים אמיתיים שפורסמו בתקשורת. כדאי לשים לב שלא כל הסיפורים "נגמרים טוב" – ולדבר גם על ההבדל בין מאבק שמשנה משהו לבין קבלה ובנייה במקום אחר. אפשר להזמין למפגש בוגר/ת שנת שירות שיספר/תספר מניסיונו/ה האישי.

3 מה כן בידיים שלי?

נחלק את המשתתפים לזוגות, וכל זוג יקבל דף ריק. בחלק העליון יכתבו מצב דמיוני: "שובצתי לתפקיד ש...". בחלק התחתון ירשמו כמה שיותר דברים שעדיין **כן** בידיים שלהם במצב הזה – איך יתנהגו, מה ילמדו, עם מי ייצרו קשר, מה ייקחו מזה. כל זוג מציג את הרשימה שלו.

4 מכתב לחבר

נחלק לכל משתתף את הדף "מכתב לחבר" (נספח 2). נבקש מהם לדמיין שחבר מהקומונה התקשר לספר שקיבל שיבוץ שהוא מאוד לא רצה – ולכתוב לו מכתב קצר. מה היו רוצים להגיד לו? מה היו מאחלים לו?

בסוף הכתיבה נגלה למשתתפים שהמכתב בעצם מיועד **להם עצמם**. כל אחד מכניס את המכתב למעטפה, כותב עליה את שמו, ושומר אותה – לפתוח ברגע שיצטרך.

5 סיכום

נחזור למעגל, וכל משתתף יאמר **משפט אחד שהיה רוצה לזכור ברגע של אכזבה**. נזכיר שבדפי המידע על ערעור על יום המא"ה ועל הדפ"ר אפשר למצוא את האפשרויות המעשיות, ושבכל שלב אפשר לפנות למלווה ולצוות. כמו כן, **מחלקת הביטחון של התק"צ עומדת לרשותם**, והם מוזמנים לפנות אליה בכל שאלה ועניין.

מערכי פעילות נוספים ניתן למצוא במרכז ההדרכה של מחלקת שנת שירות

נספח 1

כרטיסיות עדויות

אליס מילר

עלתה מדרום אפריקה, החזיקה ברישיון טיס אזרחי ולמדה הנדסת אווירונאוטיקה בטכניון. כשהתגייסה, חיל האוויר סירב לתת לה להיבחן לקורס טיס – כי היא אישה. היא עתרה לבג״ץ, ואחרי מאבק משפטי של שנתיים, ב־1995, בית המשפט קבע שמותר לה להיבחן. בסוף לא עברה את הבדיקות הרפואיות ושירתה בתפקיד משרדי בחיל האוויר – אבל בזכות המאבק שלה נפתח קורס טיס לנשים.

מבוסס על פרסומים בתקשורת

סגן ד׳

חלמה להיות טייסת מגיל צעיר, ונכשלה בגיבוש לקורס טיס. היא התגייסה ליחידת מודיעין ושירתה כשנתיים בבסיס נבטים – שירות שלדבריה התבגרה בו ולמדה עבודת צוות ואחריות. מפקדת הפלוגה שלה, תמר אריאל ז״ל, עודדה אותה לא לוותר. היא ניגשה שוב לגיבוש, התקבלה, וסיימה את הקורס כנווטת – בבסיס שבו שירתה קודם.

מבוסס על כתבה ב״ישראל היום״

קובי טופז

רצה להיות לוחם, אבל התגייס עם פרופיל 45 ושובץ כחובש. ועדה רפואית אחת אף המליצה לשחרר אותו מהצבא, והוא סיפר שחווה "רגעי שבר". הוא אסף חוות דעת של רופאים, פנה למפקדים ולגורמי הרפואה, ואחרי כשנה של ערעורים אושר לו לשרת כלוחם חי״ר בגולני. המסר שלו: "אל תוותרו אף פעם".

מבוסס על טור אישי ב־mako פז״ם

רס״ן מ׳

גדל עם חלום להתגייס לשייטת, אבל בגלל רשרוש בלב קיבל פרופיל 21 ושוחרר. הוא התנדב לצבא, עבר גיבוש למודיעין ושובץ כפענח תצלומי אוויר, יצא לקורס קצינים והתקדם עד תפקיד קמ״ן חטיבה – גם אחרי שהתמודד עם מחלה קשה. "הסתכלתי קדימה וראיתי את עצמי חוזר", סיפר.

מבוסס על כתבה ב־mako פז״ם

נספח 2

מכתב לחבר

חבר/ה יקר/ה,

באהבה,