שליחות

שיעורים, פעילויות וסדנה לכיתות י–יב

שליחות היא התחושה שיש לי תפקיד שגדול ממני – ערך, אנשים או מטרה שאני רוצה לשרת מתוך בחירה ולא רק מתוך חובה. בגיל 16–18, כשמתקבלות החלטות על שירות, לימודים ודרך בחיים, השאלה "בשביל מה?" היא מצפן אמיתי. המסלול כולל שיעורים, פעילויות קצרות וסדנה שמחברים בין שליחות אישית, קהילה וחברה – ובין תחושת משמעות לבין חוסן.

בחוברת:

1. 🧭 מה השליחות שלי? – שיעור 45 דק'
2. 🚑 אנשי שליחות בחברה הישראלית – שיעור 45 דק'
3. 🌍 מעגלי שליחות – שליחות בקהילה – שיעור 45 דק'
4. 🤲 תרומה, התנדבות ובחירה בדרך – שיעור 45 דק'
5. ⚖️ כרטיסי דילמה: שליחות מול נוחות – כרטיסי דילמה, 15 דק'
6. ↔️ מתחם עמדות: מהי שליחות? – מתחם עמדות, 15 דק'
7. 🎭 משחק תפקידים: ועדת הבחירה – משחק תפקידים, 20 דק'
8. 📜 מקורות מדברים: שליחות במקורות ישראל – ניתוח ציטוטים, 15 דק'
9. 📖 מקרים מהחיים: רגע של שליחות – סיפורי מקרה, 15 דק'
10. 🏅 תעודת שליחות – משימה יצירתית, 20 דק'
11. 🧭 המצפן הפנימי – סדנת שליחות – סדנה 90 דק'

💙 בכל פעילות אישית יש זכות לפסוח. מי שמרגיש/ה צורך לדבר – פנו ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים.

יצרה: רוית ראש בן ישי

שיעור 1: 🧭 מה השליחות שלי?

ערכים, חוזקות ומשמעות – לגלות את המצפן הפנימי · 45 דקות

מטרות:

- התלמידים יזהו שלושה ערכים מרכזיים בחייהם וידרגו אותם.
- התלמידים ינסחו משפט שליחות אישי ראשוני של 1–2 שורות.
- התלמידים יסבירו כיצד תחושת משמעות מחזקת חוסן בזמני לחץ.

חומרים: כרטיסי ערכים (25 ערכים מודפסים או כתובים על הלוח) · דף "המצפן שלי" לכל תלמיד/ה · טושים

פתיחה – שתי שאלות על אותו יום

7 דק'

כתבו על הלוח שתי שאלות זו לצד זו: "מה עשיתי היום?" ו"בשביל מה עשיתי את זה?". בקשו מהתלמידים לבחור פעולה אחת מהשבוע האחרון (אימון, עבודה במשמרת, עזרה לאח קטן, לימוד למבחן) ולענות בשקט על שתי השאלות. שאלו: באיזו שאלה היה קל יותר לענות? מה משתנה בתחושה כשיש תשובה לשאלה השנייה? הציגו את ההבחנה: עיסוק עונה על "מה", שליחות עונה על "בשביל מה".

פעילות מרכזית – המצפן שלי

20 דק'

התלמידים בונים "מצפן" אישי משלושה רכיבים: ערכים, חוזקות ותרומה.

1. ערכים: מכל רשימת הערכים (למשל: משפחה, צדק, חברות, יצירה, אמונה, חופש, נתינה, הצלחה, יושר, ידע, בריאות, שייכות, הרפתקה, אחריות, שלום) כל תלמיד/ה בוחר/ת 7, מצמצם/ת ל־5 ולבסוף ל־3. בקשו לשים לב מה היה הכי קשה לוותר עליו.
2. חוזקות: בעמודה השנייה בדף רושמים שלוש חוזקות. שאלת עזר: "על מה אנשים פונים אליי?" ו"מה אני עושה ושוכח/ת מהשעון?".
3. תרומה: בעמודה השלישית עונים: "אילו אנשים או איזה מקום הייתי רוצה שיהיה טוב יותר בזכותי?".
4. בזוגות (בהסכמה): כל אחד/ת משתף/ת רכיב אחד בלבד שבחר/ה, והשותף/ה שואל/ת שאלה אחת סקרנית – בלי לשפוט ובלי לייעץ.
5. ניסוח: כל תלמיד/ה משלים/ה את התבנית: "אני רוצה להשתמש ב___ (חוזקה) כדי ___ (פעולה) למען ___ (מי/מה), כי חשוב לי ___ (ערך)." זהו משפט שליחות ראשוני – מותר שישתנה.

שאלות לדיון

9 דק'

1. איזה ערך היה לכם הכי קשה למחוק? מה זה מלמד עליכם?
2. האם השליחות שלכם קשורה דווקא למקצוע, או יכולה להתממש גם בתחביב, בבית או בחברות?
3. מה ההבדל בין שליחות שבחרתי לבין ציפייה שהטילו עליי אחרים?
4. האם שליחות יכולה להשתנות לאורך החיים? מה עלול לגרום לה להשתנות?
5. כשקשה – לפני בגרות, אחרי כישלון – איך תחושת "בשביל מה" יכולה לעזור להמשיך?
6. מה הקשר בין משמעות לחוסן, לדעתכם?

סיכום

5 דק'

חזרו על משפטי השליחות שעלו (בלי שמות, למי שהסכים) והדגישו שאין משפט נכון או שגוי. המשפט המרכזי: שליחות היא לא תפקיד שמחכה לי בעתיד – היא הדרך שבה אני בוחר/ת להשתמש במה שיש בי למען משהו שחשוב לי, כבר היום.

רפלקציה אישית

4 דק'

- מתי לאחרונה הרגשתי שעשיתי משהו שיש לו משמעות?
- מה צעד קטן אחד שאוכל לעשות השבוע ברוח משפט השליחות שלי?

זכות לפסוח – אין חובה לשתף. תחושת משמעות היא אחד ממשאבי החוסן החזקים (ערוץ האמונה והערכים ב־BASIC Ph). מי שמרגיש/ה צורך לדבר – פנו ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים.

וריאציה: לשכבת יב לפני גיוס או שירות: הוסיפו עמודה רביעית – "איך המצפן הזה יעזור לי לבחור מסלול שירות או לימודים?".

טיפ למורה: שתפו לפני התלמידים משפט שליחות אישי קצר משלכם – זה מוריד מבוכה ומדגים כנות.

שיעור 2: 🚑 אנשי שליחות בחברה הישראלית

מה הופך עבודה לשליחות – ומה המחיר והשכר שבה · 45 דקות

מטרות:

- התלמידים יזהו לפחות ארבעה מאפיינים של עבודה שנחווית כשליחות.
- התלמידים ינתחו את המתח בין שליחות לבין שחיקה, שכר ואיזון אישי.
- התלמידים יכירו דמות היסטורית אחת שפעלה מתוך שליחות.

חומרים: 6 כרטיסי "יום בחיי" (בהמשך) · דף עבודה עם טבלה · לוח

פתיחה – השעה 03:00 בלילה

6 דק'

הקריאו: "השעה שלוש בלילה. בעיר אחת ער/ה עכשיו: אחות במחלקה פנימית, מתנדב מד"א בן 17 במשמרת לילה, כבאית שחוזרת משריפה, ועובדת סוציאלית שקיבלה טלפון דחוף." שאלו: מה גורם לאנשים לבחור להיות ערים בשעה כזאת בשביל אחרים? האם זה רק מקצוע? רשמו על הלוח את המילים שעולות.

פעילות מרכזית – יום בחיי

20 דק'

בקבוצות של 4–5, כל קבוצה מקבלת כרטיס "יום בחיי" שכתבנו (דמויות בדויות, מבוססות על מקצועות אמיתיים) וממלאת טבלה.

1. כרטיס 1 – רופאה במיון: "אני מסיימת משמרת של 12 שעות. ראיתי היום עשרות מטופלים, אחד מהם הודה לי בעיניים כשלא יכול היה לדבר. אני עייפה מאוד, ובכל זאת מחר אחזור."
2. כרטיס 2 – מורה בתיכון: "תלמיד שכמעט נשר כתב לי שבזכות השיחה בהפסקה הוא נשאר. אף אחד לא מודד את השיחות האלה, אבל בשבילן נכנסתי למקצוע."
3. כרטיס 3 – מתנדבת מד"א בת 17: "בפעם הראשונה ידיי רעדו. היום אני יודעת שהקור רוח שלי הוא חלק מהעזרה. החברים לא תמיד מבינים למה אני מוותרת על מסיבות."
4. כרטיס 4 – כבאי: "אנחנו נכנסים כשכולם יוצאים. זו לא גבורה של רגע – זו עבודת צוות, אימונים ואמון מלא בחבר שלידי."
5. כרטיס 5 – עובד סוציאלי: "העבודה שלי שקטה. אין מחיאות כפיים, יש משפחה אחת שמצליחה לעמוד שוב על הרגליים. לפעמים אני לוקח את זה הביתה, ולומד לשמור על עצמי."
6. כרטיס 6 – מתנדבת ביחידת חיפוש והצלה: "אנחנו יוצאים בכל מזג אוויר לחפש מטייל שאבד. המשפחה מחכה. אני לא מכירה אותם, אבל באותו לילה הם המשפחה שלי."
7. כל קבוצה ממלאת טבלה בארבע עמודות: מה הם עושים | בשביל מה (השליחות) | מה המחיר | מה נותן להם כוח להמשיך. לאחר מכן כל קבוצה מציגה בדקה אחת.
8. בסיום הציגו בשני משפטים דמות היסטורית: יאנוש קורצ'אק, רופא, מחנך וסופר, ניהל בית יתומים בוורשה והקדיש את חייו לילדים ולזכויותיהם; הוא נשאר עם ילדי בית היתומים עד הסוף. שאלו: מה משותף לו ולכרטיסים?

שאלות לדיון

9 דק'

1. אילו מאפיינים חוזרים בכל הכרטיסים? נסו לנסח הגדרה משותפת ל"איש/אשת שליחות".
2. האם עבודה עם שכר גבוה יכולה להיות שליחות? והאם שליחות מחייבת ויתור?
3. מה ההבדל בין שליחות לבין הקרבה עצמית שעלולה לפגוע באדם?
4. איך אנשי שליחות שומרים על עצמם מפני שחיקה? מה החברה צריכה לתת להם?
5. האם יש בסביבתכם אנשי שליחות "שקופים" שלא מקבלים הכרה?
6. האם הייתם רוצים שהעבודה העתידית שלכם תהיה שליחות? למה כן או לא?

סיכום

5 דק'

סכמו את ההגדרה המשותפת שנבנתה. המשפט המרכזי: שליחות איננה תואר של מקצוע מסוים – היא היחס של האדם לעבודה שלו: ראייה של האדם שמולו ותחושה שהמעשה שלו משנה, גם כשאף אחד לא רואה.

רפלקציה אישית

5 דק'

- כתבו מכתב תודה קצר (3 שורות) לאיש או אשת שליחות שפגשתם בחייכם.
- איזו תכונה של אנשי השליחות בכרטיסים הייתם רוצים לחזק אצלכם?

זכות לפסוח. אם עולים זיכרונות קשים מבית חולים או מאירוע חירום – מי שמרגיש/ה צורך לדבר – פנו ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים.

וריאציה: גרסה מורחבת: הזמינו לשיעור הורה או בוגר/ת שעוסק/ת במקצוע שליחות לראיון של 15 דקות שהתלמידים מכינים מראש.

טיפ למורה: אפשר לשלוח את מכתבי התודה בפועל – לצוות מד"א, לתחנת כיבוי או למורים בבית הספר; זה סוגר את השיעור במעשה.

שיעור 3: 🌍 מעגלי שליחות – שליחות בקהילה

מהאני אל הכיתה, הקהילה והעולם · 45 דקות

מטרות:

- התלמידים ימפו פעולות שליחות בחמישה מעגלים, מהאישי ועד הגלובלי.
- התלמידים יזהו צורך אמיתי בקהילה הקרובה ויציעו מענה ריאלי.
- התלמידים ידונו במתח בין מעגלים קרובים לרחוקים.

חומרים: דף עם חמישה מעגלים קונצנטריים · פתקיות דביקות בשני צבעים · מקרן או לוח

פתיחה – אבן במים

7 דק'

תארו: "זורקים אבן לבריכה שקטה. נוצר מעגל קטן, ואחריו מעגלים רחבים יותר ויותר." שאלו: אם המעשה הקטן שלי הוא האבן – עד לאן הוא יכול להגיע? בקשו מכל אחד/ת לחשוב על מעשה טוב אחד שמישהו עשה עבורו/ה, ולשאול: על כמה אנשים נוספים השפיע המעשה הזה בסוף? הקריאו את "בִּמְקוֹם שֶׁאֵין אֲנָשִׁים, הִשְׁתַּדֵּל לִהְיוֹת אִישׁ" – הלל, משנה אבות ב, ה, ושאלו מה הקשר.

פעילות מרכזית – מפת הצרכים והשליחויות

20 דק'

עבודה בשלושה שלבים: אישי, קבוצתי ומליאה.

1. אישי (5 דק'): על דף המעגלים – אני, משפחה וחברים, הכיתה ובית הספר, הקהילה, החברה והעולם – רשמו בכל מעגל פעולה אחת שכבר עשיתם או ראיתם מישהו עושה, ופעולה אחת שהייתם רוצים לעשות.
2. קבוצתי (8 דק'): בקבוצות של 4, בחרו מעגל אחד (כיתה, קהילה או חברה) וזהו בו צורך אמיתי: למשל קשישים בודדים בשכונה, תלמידים חדשים שמתקשים להשתלב, עולים שזקוקים לעזרה בעברית, פסולת בפארק השכונתי.
3. תכנון (5 דק'): לכל צורך – הצעה לפעולה בטבלה: הצורך | מי נהנה מהפעולה | מה נעשה בפועל | מה צריך (זמן, אנשים, אישורים) | איך נדע שהצלחנו.
4. מליאה (2 דק' לקבוצה): כל קבוצה מציגה את ההצעה, והכיתה בוחרת פעולה אחת שאפשר להתחיל בה כבר החודש.

שאלות לדיון

9 דק'

1. באיזה מעגל היה לכם הכי קל למצוא פעולה? ובאיזה הכי קשה? למה?
2. האם השליחות מתחילה במעגל הפנימי? האם אפשר לדלג עליו?
3. מה עדיף: פעולה גדולה פעם אחת או פעולה קטנה שחוזרת כל שבוע?
4. האם יש סכנה בשליחות שנעשית "בשביל התמונה" ברשת?
5. איך יודעים שהעזרה שלנו באמת נחוצה ולא רק נראית לנו נחוצה?
6. מה אתם מרוויחים מפעולה בקהילה – ובמה זה קשור לתחושת שייכות?

סיכום

5 דק'

הציגו את הפעולה שהכיתה בחרה וקבעו מי מוביל ומתי. המשפט המרכזי: שליחות מתחילה בעיניים פקוחות – לראות צורך שאחרים עוברים לידו – ומתממשת כשאני מחליט/ה לעשות משהו, ולו קטן.

רפלקציה אישית

4 דק'

- באיזה מעגל אני מרגיש/ה הכי שייך/ת? ובאיזה הייתי רוצה להיות נוכח/ת יותר?
- מה עוצר אותי לפעמים מלפעול, ומה יכול לעזור לי להתגבר על זה?

זכות לפסוח. שייכות לקהילה היא משאב חוסן חברתי (ערוץ S ב־BASIC Ph) – הנתינה מחזקת גם את הנותן.

וריאציה: גרסה קצרה (30 דק'): דלגו על שלב התכנון והסתפקו במיפוי האישי ובמליאה.

טיפ למורה: שמרו את ההצעות על קיר הכיתה וחזרו אליהן אחרי חודש – מעקב הופך רעיון לפרויקט.

שיעור 4: 🤲 תרומה, התנדבות ובחירה בדרך

מחויבות אישית, שנת שירות ובחירת קריירה כשליחות · 45 דקות

מטרות:

- התלמידים יבחינו בין נתינה חד־פעמית לבין מחויבות מתמשכת.
- התלמידים יזהו שיקולים בבחירת מסלול שירות או התנדבות (שנת שירות, מכינה, שירות לאומי, שירות משמעותי).
- התלמידים ינסחו שאלות שינחו אותם בבחירת דרך כשליחות.

חומרים: כרטיסי "קולות מהדרך" (בהמשך) · דף "שקילת דרכים" · לוח

פתיחה – שלוש קופסאות

6 דק'

שרטטו על הלוח שלוש קופסאות: "נתתי פעם אחת", "נתתי באופן קבוע", "נתתי כשהיה לי קשה לתת". בקשו מהתלמידים לכתוב בכל קופסה דוגמה מחייהם או מחיי מישהו שהם מכירים (התרמת דם של הורה, הדרכה בתנועת נוער, עזרה בשיעורי בית לאח). שאלו: מה ההבדל בין שלוש הקופסאות? באיזו מהן גרה המחויבות?

פעילות מרכזית – קולות מהדרך

20 דק'

התלמידים קוראים עדויות בדויות של צעירים ומנתחים את השיקולים.

1. קול 1 – בוגר שנת שירות: "דחיתי את הגיוס בשנה כדי להדריך נוער בעיר אחרת. בהתחלה הרגשתי שאני 'מפסיד' שנה. בסוף זו השנה שבה הבנתי מה אני רוצה לעשות בחיים."
2. קול 2 – בת שירות לאומי בבית חולים: "אני מלווה ילדים מאושפזים. יש ימים קשים מאוד, אבל חיוך של ילד אחד ממלא אותי לשבוע."
3. קול 3 – בוגרת מכינה קדם־צבאית: "במכינה למדתי לחיות בקבוצה, להתווכח בכבוד ולקחת אחריות על אחרים. זה הכין אותי לשירות לא פחות מכושר גופני."
4. קול 4 – צעיר שבחר לימודי סיעוד: "כולם אמרו לי שאפשר להרוויח יותר במקצוע אחר. בחרתי במקצוע שבו אני מרגיש שאני נחוץ."
5. קול 5 – מתנדבת לאורך שנים: "התחלתי לחלק סלי מזון כי חברה גררה אותי. נשארתי כי הכרתי את המשפחות בשמן."
6. בזוגות, כל זוג בוחר שני קולות וממלא את דף "שקילת דרכים": מה בחר/ה | מה הניע אותו/ה | על מה ויתר/ה | מה הרוויח/ה | שאלה שהייתי שואל/ת אותו/ה.
7. שאלת המשך לכל זוג: "אילו שלוש שאלות כדאי לשאול את עצמי לפני שאני בוחר/ת מסלול שירות, התנדבות או מקצוע?" – רשמו על הלוח את השאלות של כל הזוגות.

שאלות לדיון

9 דק'

1. מה הופך התנדבות לבעלת משמעות – ומה הופך אותה ל"עוד וי" בקורות החיים?
2. האם נתינה שמרוויחים ממנה (חוויה, ניסיון, מעמד) פחות שווה? למה?
3. איך מאזנים בין שליחות לבין צרכים אישיים: פרנסה, מנוחה, לימודים?
4. מה תפקיד הסביבה – הורים, חברים, תנועה – בבחירת דרך? מתי זה עוזר ומתי לוחץ?
5. האם קריירה יכולה להיות שליחות? תנו דוגמה ממקצוע שאינו "מקצוע שליחות" מובהק.
6. "לֹא עָלֶיךָ הַמְּלָאכָה לִגְמֹר, וְלֹא אַתָּה בֶן חוֹרִין לִבָּטֵל מִמֶּנָּה" – רבי טרפון, משנה אבות ב, טז. איך המשפט הזה מדבר אל בחירות הדרך שלכם?

סיכום

5 דק'

קראו את רשימת השאלות שנאספה על הלוח – זהו "מדריך בחירה" כיתתי. המשפט המרכזי: נתינה הופכת לשליחות כשהיא נובעת מבחירה, נמשכת גם כשקשה, ומחוברת למה שחשוב לי באמת.

רפלקציה אישית

5 דק'

- איזו שאלה מהלוח הכי חשובה לי עכשיו?
- איזה מסלול או התנדבות מסקרנים אותי, ומה הצעד הראשון לבירור?

זכות לפסוח. בחירת דרך יכולה לעורר לחץ ואי־ודאות – זה טבעי. מי שמרגיש/ה צורך לדבר – פנו ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים.

וריאציה: לשכבת יא: חברו את השיעור לבחירת מקום למעורבות חברתית ובקשו מכל תלמיד/ה לבחור מקום אחד לבירור עד השבוע הבא.

טיפ למורה: הקפידו להציג את כל המסלולים בכבוד שווה ובלי להעדיף אחד; המטרה היא שיקול דעת, לא שכנוע.

פעילות קצרה 1: ⚖️ כרטיסי דילמה: שליחות מול נוחות

כרטיסי דילמה · 15 דקות

מטרה: לבחון מצבים שבהם השליחות מתנגשת בנוחות, בהנאה או בצרכים אישיים, ולנמק בחירה.
חומרים: כרטיסי הדילמה מודפסים וגזורים · שלט "כן" ושלט "לא" בשני צדי החדר (לא חובה)

מהלך

1. חלקו את הכיתה לקבוצות של 3–4 ותנו לכל קבוצה 2 כרטיסים.
2. כל קבוצה קוראת כרטיס, ממפה את האפשרויות ואת השיקולים לכל צד (2 דקות לכרטיס).
3. הקבוצה מחליטה מה הייתה עושה ומנסחת נימוק אחד שמבוסס על ערך.
4. במליאה: כל קבוצה מציגה כרטיס אחד, והכיתה מצביעה באצבעות (1 = מסכים מאוד, 5 = מתנגד מאוד).
5. סכמו: אילו ערכים חזרו שוב ושוב בנימוקים?

תוכן הכרטיסים (מוכנים לגזירה בקובץ הכרטיסים)

- יש לך משמרת התנדבות קבועה במועדון קשישים ביום שלישי. החברים מזמינים אותך דווקא אז להופעה שחיכית לה חודשים. מה תעשה/י?
- את/ה מדריך/ה בתנועת נוער. שבוע לפני בגרות במתמטיקה, החניכים מבקשים שתוביל/י את הטיול השנתי. אין מחליף/ה. מה תעשה/י?
- קיבלת הצעה לעבודה בשכר טוב בחופש הגדול. באותה תקופה מחפשים מדריכים למחנה לילדים עם צרכים מיוחדים, בשכר סמלי. מה תבחר/י?
- ההורים מצפים שתלמד/י מקצוע יוקרתי. את/ה מרגיש/ה שהשליחות שלך היא בהוראה. איך תתנהל/י?
- התנדבת לסייע לתלמיד מכיתה ט בלימודים. אחרי חודש את/ה מרגיש/ה עייף/ה ושחוק/ה מאוד. האם להמשיך?
- בקבוצת הכיתה מישהו מציע לארגן איסוף ציוד למשפחות במצוקה, ואף אחד לא מגיב. גם את/ה עמוס/ה. מה תעשה/י?
- בוגרת מהשכבה מספרת שדחתה לימודים כדי לשרת שנה נוספת כמדריכה. חבר אומר: "זה פראייריות". מה תענה/י?
- את/ה מתנדב/ת מד"א. בדרך הביתה את/ה רואה אדם שנפל ברחוב, אבל את/ה לא במשמרת ומאחר/ת לארוחה משפחתית חשובה. מה תעשה/י?

שאלות לדיון

1. האם "נוחות" היא תמיד ההפך משליחות?
2. מתי ויתור למען אחרים הוא נכון, ומתי הוא כבר פגיעה בעצמי?
3. מי יכול לעזור לנו לקבל החלטות כאלה?

טיפ למנחה: הדגישו שאין תשובה נכונה אחת; מה שנבדק הוא איכות הנימוק.

פעילות קצרה 2: ↔️ מתחם עמדות: מהי שליחות?

מתחם עמדות · 15 דקות

מטרה: לחשוף מגוון עמדות על שליחות ולתרגל הקשבה לעמדה שונה.
חומרים: חבל או קו מסקינג טייפ לאורך החדר · שלטים: "מסכים/ה מאוד" ו"מתנגד/ת מאוד"

מהלך

1. סמנו קו לאורך החדר; קצה אחד "מסכים/ה מאוד", הקצה השני "מתנגד/ת מאוד".
2. הקריאו היגד, והתלמידים נעמדים במקום שמתאים לעמדתם.
3. בקשו מ־2–3 תלמידים ממקומות שונים לנמק בקצרה.
4. תנו הזדמנות לזוז אחרי שמיעת הנימוקים, ושאלו מי זז ולמה.
5. אחרי 5–6 היגדים, שבו ודונו בתובנות.

תוכן הכרטיסים (מוכנים לגזירה בקובץ הכרטיסים)

- שליחות אמיתית חייבת לכלול ויתור על משהו.
- אפשר להרגיש שליחות גם בעבודה משרדית רגילה.
- מי שמתנדב כדי שיהיה לו מה לכתוב בקורות החיים – עדיין עושה משהו טוב.
- בני נוער לא צריכים לחשוב על שליחות; יש להם זמן לזה אחר כך.
- עדיף להתנדב קרוב לבית מאשר לנסוע רחוק כדי לעזור.
- שליחות היא דבר אישי, ואין לאף אחד זכות לשפוט את השליחות של אחר.
- מי שמשלם לו שכר גבוה לא יכול לקרוא לעבודה שלו שליחות.
- בלי תחושת שליחות קשה מאוד להתמודד עם משברים.

שאלות לדיון

1. איזה היגד יצר את הפיזור הגדול ביותר? למה?
2. האם שמעתם נימוק ששינה משהו בעמדה שלכם?
3. איך הרגשתם כשעמדתם לבד או במיעוט?

טיפ למנחה: הגנו על מי שעומד במיעוט – הודו לו במיוחד על האומץ להציג עמדה.

פעילות קצרה 3: 🎭 משחק תפקידים: ועדת הבחירה

משחק תפקידים · 20 דקות

מטרה: לבחון את השיקולים בבחירת דרך כשליחות מכמה נקודות מבט, ולתרגל שיח מכבד במחלוקת.
חומרים: כרטיסי תפקיד · כיסאות במעגל קטן במרכז

מהלך

1. הציגו את המצב: נוי, בת 17.5, מתלבטת אם לדחות את השירות בשנה ולצאת לשנת שירות בקהילה בפריפריה, או להתחיל מיד ולחסוך זמן לקראת לימודים.
2. חלקו 6 תפקידים למתנדבים; שאר הכיתה הם "צופים פעילים" שכל אחד מהם עוקב אחרי דמות אחת.
3. שיחה של 7–8 דקות: כל דמות מנסה להשפיע על נוי לפי מה שהיא רוצה; נוי שואלת ומגיבה.
4. בסיום נוי מחליטה ומסבירה בקול מה שכנע אותה.
5. הדמויות "יוצאות מהתפקיד" ואומרות משפט אחד בשמן, והצופים משתפים מה ראו.

תוכן הכרטיסים (מוכנים לגזירה בקובץ הכרטיסים)

- תפקיד: נוי – מה את רוצה: להרגיש שאת עושה משהו משמעותי, אבל את מפחדת "לפגר" אחרי החברים.
- תפקיד: אמא של נוי – מה את רוצה: שנוי תהיה מאושרת ובטוחה, ואת חוששת שתתרחק מהבית לשנה שלמה.
- תפקיד: אבא של נוי – מה אתה רוצה: שנוי תתחיל ללמוד מוקדם ותבנה עתיד כלכלי יציב.
- תפקיד: החבר הכי טוב של נוי – מה אתה רוצה: שתתגייסו יחד באותו מחזור ותישארו קרובים.
- תפקיד: רכזת שנת השירות – מה את רוצה: שנוי תבוא, כי הקהילה זקוקה למדריכים, אבל רק אם היא באמת מחויבת.
- תפקיד: בוגר שנת שירות – מה אתה רוצה: לספר בכנות על החוויה, כולל הקשיים והרגעים הלא פשוטים.
- תפקיד: יועצת בית הספר – מה את רוצה: לעזור לנוי להקשיב לעצמה ולא רק לקולות שסביבה.
- תפקיד: הקול הפנימי של נוי – מה את/ה רוצה: להזכיר לה מה חשוב לה באמת, גם כשהיא מתבלבלת.

שאלות לדיון

1. איזה טיעון היה הכי משכנע? למה?
2. מה עזר לנוי להחליט – ומה הקשה עליה?
3. איך מבחינים בין הקשבה לאחרים לבין ויתור על הקול שלי?
4. במה דומה ההתלבטות של נוי להתלבטויות שלכם?

טיפ למנחה: אפשר לעצור באמצע ולבקש מנוי "לצאת להתייעצות" עם הקול הפנימי בלבד – זה מעמיק מאוד את השיחה.

פעילות קצרה 4: 📜 מקורות מדברים: שליחות במקורות ישראל

ניתוח ציטוטים · 15 דקות

מטרה: לפרש מקורות קצרים על שליחות ונתינה ולקשר אותם לחיי הנוער היום.
חומרים: כרטיסי ציטוטים מודפסים · דף "פירוש וחיבור"

מהלך

1. פזרו את כרטיסי הציטוטים על שולחנות בחדר ("גלריה").
2. כל תלמיד/ה מסתובב/ת, קורא/ת ובוחר/ת ציטוט אחד שמדבר אליו/ה.
3. תלמידים שבחרו באותו ציטוט מתקבצים יחד (או בזוגות אקראיים).
4. בקבוצה עונים: מה הציטוט אומר במילים שלנו? איזה מצב מחיינו הוא מתאר? האם אנחנו מסכימים?
5. כל קבוצה כותבת "תרגום" עכשווי של הציטוט בשורה אחת ומציגה.

תוכן הכרטיסים (מוכנים לגזירה בקובץ הכרטיסים)

- "אִם אֵין אֲנִי לִי, מִי לִי? וּכְשֶׁאֲנִי לְעַצְמִי, מָה אֲנִי? וְאִם לֹא עַכְשָׁיו, אֵימָתַי?" – הלל, משנה אבות א, יד
- "לֹא עָלֶיךָ הַמְּלָאכָה לִגְמֹר, וְלֹא אַתָּה בֶן חוֹרִין לִבָּטֵל מִמֶּנָּה" – רבי טרפון, משנה אבות ב, טז
- "בִּמְקוֹם שֶׁאֵין אֲנָשִׁים, הִשְׁתַּדֵּל לִהְיוֹת אִישׁ" – הלל, משנה אבות ב, ה
- "הַשָּׁלִיחַ שֶׁל אָדָם כְּמוֹתוֹ" – משנה ברכות ה, ה
- "כָּל הַמְקַיֵּם נֶפֶשׁ אַחַת... כְּאִלּוּ קִיֵּם עוֹלָם מָלֵא" – משנה סנהדרין ד, ה
- "עוֹלָם חֶסֶד יִבָּנֶה" – תהלים פט, ג
- "אַל תִּפְרֹשׁ מִן הַצִּבּוּר" – הלל, משנה אבות ב, ד
- "שליחות היא לא מה שאני עושה – אלא בשביל מי אני קם בבוקר." – משפט לדיון (מקורי)

שאלות לדיון

1. איזה ציטוט הכי רלוונטי לגיל שלכם? למה?
2. האם יש ציטוט שאתם לא מסכימים איתו?
3. מה הקשר בין "השליח של אדם כמותו" לבין האחריות של מי שמקבל שליחות?

טיפ למנחה: עודדו פירושים אישיים ושונים; אין צורך להגיע לפירוש "הנכון" של המקור.

פעילות קצרה 5: 📖 מקרים מהחיים: רגע של שליחות

סיפורי מקרה · 15 דקות

מטרה: לזהות רגעי שליחות יומיומיים ולנתח מה הניע אנשים לפעול.
חומרים: כרטיסי מקרים מודפסים

מהלך

1. חלקו לזוגות ותנו לכל זוג 2 מקרים.
2. הזוג קורא, עונה על השאלה שבסוף המקרה ומזהה: מה הצורך? מי פעל? מה הניע אותו/ה?
3. כל זוג מדרג את המקרה בסולם 1–5: עד כמה זו שליחות?
4. במליאה: השוו דירוגים והסבירו את ההבדלים.

תוכן הכרטיסים (מוכנים לגזירה בקובץ הכרטיסים)

- דניאל, תלמיד יא, שם לב שתלמיד חדש שעלה ארצה יושב לבד בכל הפסקה. הוא מתחיל לשבת לידו, ואחרי חודש מצטרפים עוד שלושה חברים. דניאל אומר: "לא עשיתי כלום מיוחד". האם זו שליחות?
- מאיה עובדת בקופה בסופרמרקט. כל יום חמישי היא עוזרת לקשישה מהשכונה לארוז ומלווה אותה עד היציאה, גם כשהתור ארוך. המנהל העיר לה פעם אחת. מה היית עושה במקומה?
- תום, מדריך בתנועת נוער, קיבל הודעה בלילה מחניך שכתב שקשה לו מאוד. תום ענה, הקשיב ולמחרת פנה ליועצת עם החניך. האם זה חלק מהשליחות של מדריך? איפה הגבול?
- שירה התחילה לאסוף בקבוקים בחוף כדי לצלם סרטון לרשת. הסרטון לא זכה לתגובות, אבל היא המשיכה לאסוף בכל שבת. מה השתנה אצלה, לדעתכם?
- קבוצת תלמידות יב החליטה ללמד שיעורי עזר בחינם לתלמידי חטיבת הביניים לפני מבחנים. אחרי חודשיים חלק מהן פרשו בגלל לחץ הבגרויות. האם הפרויקט נכשל?
- אחות במחלקה נשארת עוד חצי שעה אחרי המשמרת כדי לשבת עם מטופל שהמשפחה שלו לא הגיעה. איש לא ביקש ממנה. מה מניע אדם לעשות את זה?
- הנרייטה סאלד, מחנכת ופעילה ציבורית, הקדישה את שנותיה המאוחרות לקליטת נוער שעלה ארצה בלי הוריו. מה אפשר ללמוד מכך על שליחות שמתחילה בגיל מבוגר?
- יונתן ויתר על מסיבת סוף השנה כי באותו ערב היה תורנות בעמותה שבה הוא מתנדב. החברים כעסו. האם הוא עשה את הבחירה הנכונה?

שאלות לדיון

1. האם שליחות חייבת להיות גדולה ודרמטית?
2. מה ההבדל בין מעשה טוב חד־פעמי לבין שליחות?
3. באיזה מקרה הייתם רוצים להיות הדמות? למה?

טיפ למנחה: בקשו מהתלמידים להוסיף מקרה אמיתי מחייהם (בלי שמות) – זה הופך את הפעילות לאישית.

פעילות קצרה 6: 🏅 תעודת שליחות

משימה יצירתית · 20 דקות

מטרה: לנסח שליחות אישית בצורה יצירתית ומחייבת, ולתכנן צעד ראשון למימושה.
חומרים: תבנית "תעודת שליחות" מודפסת לכל תלמיד/ה · טושים וצבעים · מדבקות או חותמות (לא חובה)

מהלך

1. הסבירו: תעודה רגילה מעידה על משהו שעשינו; "תעודת שליחות" מעידה על מי שאנחנו רוצים להיות.
2. כל תלמיד/ה ממלא/ת את שורות התבנית בכתב יד ומעצב/ת את התעודה.
3. בזוגות: כל אחד/ת קורא/ת לשותף/ה את התעודה (בהסכמה), והשותף/ה "חותם/ת" כעד/ה ומוסיף/ה מילה מעודדת.
4. במליאה: מי שרוצה מקריא/ה שורה אחת מהתעודה.
5. התלמידים שומרים את התעודה או תולים אותה על קיר "השליחויות שלנו".

תוכן הכרטיסים (מוכנים לגזירה בקובץ הכרטיסים)

- שמי: _____ ואני יוצא/ת לשליחות.
- השליחות שלי היא: _____
- אני עושה זאת למען: _____
- הערך שמוביל אותי: _____
- החוזקות שאקח איתי לדרך: 1. _____ 2. _____ 3. _____
- הצעד הראשון שאעשה עד _____ (תאריך): _____
- מי ילווה ויתמוך בי בדרך: _____
- כשיהיה לי קשה, אזכיר לעצמי: _____
- חתימתי: _____ חתימת העד/ה: _____

שאלות לדיון

1. מה היה קל ומה היה קשה בניסוח התעודה?
2. איך תדעו שאתם מתקדמים בשליחות?
3. מה יכול לעזור לכם לחזור לתעודה בעוד חצי שנה?

טיפ למנחה: זכות לפסוח – אפשר למלא את התעודה באופן פרטי בלי לשתף. מי שמרגיש/ה צורך לדבר – פנו ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים.

סדנה: 🧭 המצפן הפנימי – סדנת שליחות

סדנה חווייתית לגילוי שליחות אישית, שמסתיימת בתעודת שליחות · 90 דקות · כיתה של 20–35 תלמידים/ות, בחדר עם אפשרות לשבת במעגל ולהתפצל לקבוצות; מנחה אחד/ת או שניים

מטרות:

- המשתתפים יזהו את הערכים והחוזקות שמרכיבים את "המצפן הפנימי" שלהם.
- המשתתפים יחוו את הקשר בין שליחות אישית לבין קהילה ותחושת שייכות.
- כל משתתף/ת ינסח/תנסח תעודת שליחות אישית עם צעד ראשון מעשי.

חומרים:

- כרטיסי הסדנה הגזורים (סט אחד לכל 5 משתתפים)
- תבנית "תעודת שליחות" לכל משתתף/ת
- מצפן אמיתי או תמונה של מצפן
- דפי A3, טושים, פתקיות דביקות
- חבל או מסקינג טייפ למתחם עמדות
- רמקול למוזיקה שקטה (לא חובה)

הכנה מראש:

- הדפיסו וגזרו את כרטיסי הסדנה – סט לכל קבוצה של 5.
- הדפיסו תבנית תעודת שליחות לכל משתתף/ת.
- סדרו את החדר במעגל כיסאות עם שולחנות בצדדים לעבודה בקבוצות.
- סמנו קו על הרצפה למתחם העמדות.
- קראו מראש את הערת הבטיחות הרגשית והכירו את דרכי הפנייה ליועצת ולנאמני החוסן.

לוח זמנים

0–10	פתיחה – המצפן	10 דק׳
10–25	מתחם עמדות – מהי שליחות בשבילי?	15 דק׳
25–40	אוצרות פנימיים – ערכים וחוזקות	15 דק׳
40–55	מעגלי שליחות – למען מי?	15 דק׳
55–65	מקורות מאירים	10 דק׳
65–80	תעודת שליחות	15 דק׳
80–90	מעגל סיום	10 דק׳

1. פתיחה – המצפן

10 דק׳

הניחו מצפן במרכז המעגל. הסבירו שמצפן לא אומר לאן ללכת, אלא עוזר לדעת איפה אנחנו ובאיזה כיוון אנחנו פונים. סבב פתיחה: כל משתתף/ת אומר/ת את שמו/ה ומשלים/ה את המשפט "משהו שנותן לי כיוון בחיים הוא...". הציגו את מבנה הסדנה ואת כללי השיח: הקשבה, כבוד, שמירה על פרטיות וזכות לפסוח.

> 🗣️ *היום לא נחפש תשובות סופיות. נחפש כיוון – וזה מספיק.*

2. מתחם עמדות – מהי שליחות בשבילי?

15 דק'

הקריאו 5 היגדים מכרטיסי הסדנה (המסומנים "היגד"). המשתתפים נעמדים על הקו לפי עמדתם. אחרי כל היגד שאלו 2–3 משתתפים מנקודות שונות על הקו מה הנימוק שלהם. אפשרו לזוז אחרי שמיעת הנימוקים. סיימו בשאלה: מה למדתם על ההגדרה של שליחות מהפיזור בחדר?

🗣️ *שימו לב – אין כאן צד נכון. כל עמדה מלמדת אותנו משהו.*

3. אוצרות פנימיים – ערכים וחוזקות

15 דק'

כל קבוצה של 5 מקבלת את כרטיסי הערכים והחוזקות. כל משתתף/ת בוחר/ת שלושה ערכים ושלוש חוזקות ורושם/ת על דף A3 אישי בצורת מצפן: ערכים בצפון ובדרום, חוזקות במזרח ובמערב. לאחר מכן כל משתתף/ת מספר/ת לקבוצה על חוזקה אחת ועל רגע שבו השתמש/ה בה, והקבוצה מוסיפה בפתקיות חוזקה שהיא רואה בו/ה.

🗣️ *לפעמים אחרים רואים בנו חוזקות שאנחנו עוד לא מעזים לראות.*

4. מעגלי שליחות – למען מי?

15 דק'

הקבוצות מקבלות את כרטיסי המצבים (המסומנים "צורך"). כל קבוצה מניחה כל כרטיס על אחד מחמשת המעגלים: אני, משפחה וחברים, כיתה ובית ספר, קהילה, חברה ועולם. לאחר מכן כל משתתף/ת בוחר/ת צורך אחד שמדבר אליו/ה ומחבר/ת אותו לערכים ולחוזקות שבמצפן שלו/ה. בקשו מכל קבוצה להציג חיבור אחד מעניין במליאה.

🗣️ *שליחות נולדת במפגש בין מה שיש בי לבין מה שהעולם צריך.*

5. מקורות מאירים

10 דק'

הקריאו את שלושת הציטוטים מכרטיסי הסדנה (המסומנים "מקור"). כל משתתף/ת בוחר/ת ציטוט אחד וכותב/ת בשורה אחת מה הוא אומר לו/ה על השליחות שלו/ה. שיחה קצרה בזוגות, ואחר כך 3–4 שיתופים במליאה.

🗣️ *משפט שנאמר לפני אלפיים שנה יכול להיות מצפן גם היום.*

6. תעודת שליחות

15 דק'

חלקו את תבנית תעודת השליחות. המשתתפים ממלאים את התעודה בעזרת דף המצפן האישי, כשברקע מוזיקה שקטה. הזכירו לנסח צעד ראשון קטן, מעשי ובעל תאריך. בסיום כל משתתף/ת מבקש/ת מחבר/ה בקבוצה לחתום כעד/ה ולכתוב משפט עידוד בגב התעודה.

🗣️ *צעד קטן שעושים באמת שווה יותר מתוכנית גדולה שנשארת על הנייר.*

7. מעגל סיום

10 דק׳

חזרו למעגל. כל משתתף/ת אומר/ת מילה אחת או משפט קצר מתוך התעודה, או מילה אחת שמתארת את התחושה עכשיו. מותר לפסוח. המנחה מסכם/ת: השליחות היא מקור כוח ומשמעות, במיוחד בתקופות של לחץ ואי־ודאות. הזכירו לאן אפשר לפנות אם עלה משהו.

> 🗣️ *תודה שהבאתם את עצמכם היום. המצפן שלכם איתכם – גם כשהדרך לא ברורה.*

מעגל סיום

סבב "מילה אחת מהמצפן": כל משתתף/ת אומר/ת מילה אחת מתוך תעודת השליחות או מילה שמתארת את התחושה עכשיו. זכות לפסוח – אפשר להגיד "עובר/ת" או רק לחייך.

ביטחון רגשי: שיחה על שליחות ועתיד עלולה לעורר לחץ, אובדן או תחושת "אין לי כיוון" – הדגישו שזה טבעי, אל תלחצו על שיתוף, ושימו לב למשתתפים שנסגרים. מי שמרגיש/ה צורך לדבר – פנו ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים.