

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 המתבגרת לחזור לחיי היום יום וכיצד מתפקדת/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 השתלמויות 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"סטנינג" מאוד ברור: יש שיעור, מורה - תלמידים, מבחנים, ציונים... ההיררכיה הניהולית ברורה מאוד ולכל בעלי תפקיד הגדרה המוכרת מעבודתם.
במסע ה"סטנינג" 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, מנהל 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 המשמעותי 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 אקזוין הוא מסע של פעם בחיים, בדרך כאל... הוא מאפשר אמורים אלמוז של נשוא השואה בדרך חווייתית ומקום בו התרחשו האירועים עצמם. במובן זה הוא יוצא דופן ומתק במיוחד. הוא כולל סיור באתרים קשים ומרגשים ומקומות יפים ומרשימים.

חוויית המסע מלמדת מכללם בין אישי מתק עם אנשים ממקומות אחרים ומעולם מקצועי שונה, וחשוב שהמורים יהיו מודעים לצרכי אדם ויהיו פתוחים לקלוט וללמוד כמה שניתן.

החברויות שנוצרות במסע הופכות לעתים קרובות אמפטיים משמעותיים ביותר לחיים, אמרוג אשר הזמן הקצר של המסע. אך יותר מכל, המסע מאפשר אמורים להביא אידי ביטוי את היכולות שרכשו כמחנכים של נער ישראל.

המכללם הקרוב עם התלמידים וההקשבה למחשבותיהם ורלוטיותיהם מששירים ונותנים פרספקטיבות משנינות לחיים קן אמורים וקן התלמידים!



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 והמשמעותיים הקשורים בתפקיד המורה המלווה במסע...
- התכונות 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 לפזרין "גופס" אותי חזק כל כך ואני מנסה שאתפסק לפני גלמידי. אני לא רוצה לזכות אידם כי אני חושש שמא יחשבו שאני חוש ולא סמכותי. אגף עצרו לי..."

"זמסס הראשון שלי כמורה הייתי כל כך עסוקה בארלון הקבוצה ובצאלה אידים, עד כי ממש לא הצלחתי להקשיב ולשמוע את הסברי המדריך ולא הצלחתי להפנים את המראות השונים. חודש הזא אני יוצאת שוב עם גלמידי בית ספרי ורוצה לדעת כיצד לשנות את הדברים."

"השבוע נקלטה הקבוצה אותה אני מלווה עם המדריך שלני לפזרין. התרשמתי מאוד מהידע שלו ומהכריזמה שהפליין כלפי הגלמידי. הרגשתי ממש מיותרת וחסרת ידע, ואני חושבת שאולי עזי אשמוט משהו בנפון, אבל אינני יודעת מה..."

"אחד הדברים שהכי מלחידיס אותי לקראת היציאה הוא לא התמונת המצלמות ולא החפצים שנשארו מתקופת השואה, אלא דווקא הליחות והריצה אחר הגלמידיס המסתובבים במסדרונות בית המלון... שמעתי שזה בערך כל מה שהמורים עושים ועל זה הם מוציאים את מירב הכוחות... האם זה נכון ואם כן, מה אפשר לעשות?"

"בקבוצה אותה אלווה קיימים כוחות חברתיים חזקים ביותר... גלמידיס אלה מכירים מליז הלן בערך וכאלי הקבוצה לא מתקיימים עבורם. האינטריליות והמתחים הם עצומים ולם בארץ מחנך הכיתה אינן מצליח לנווט ולהרליע אותם. אני המורה שלהם לאמתטיקה ואני חושש שהמצב הזה ישפיע על התנהלות הקבוצה. מה ניתן לעשות, אם בכלל?..."

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

יומני היקר,

היום הוא היום הרביעי למסע ואני שואל את עצמי: "מי אני? האם אני המורה מיכאל מהלימנסיה, שנזחר אחר כבוד אלווה את הקבוצה? המורה השקול, הידען וה...". אני נזכר כמה גאה ושמח הייתי כאשר הודיע לי המנהל שבחר בי לתפקיד חשוב זה... קשה לי להתאמן שאני במסע ושותף לכל מה שקורה בו. אני רואה את החברה ופשוט מתמלא נחמ! אדולמא, אמלול היינן במאידינק, הלענן אהר האפר בשעם ערב די מאוחרת, השמש כבר שקעה כשהתכנסנו לקראת הטקס ומה אלידי? הטקס שהכינו החזרה היה רציני כל כך, מרגש כל כך, ונעלם לל! אין לי מילים לגאר. ובמיוחד הריקוד שהכינו הזנת לטירה של ריטה, דלגדים שחורים ובגנועות נלות... הייתה זו חוויה בלתי נשכחת אכולנו...

אני מרגיש שחלק מהקבוצה כבר נכנסו לפניי וקצת המסע והם עוזרים בארלון ובהעמסת המצווות, על פי הגורנויות שארלנו מראש. אבל מצד שני מתרחשים כמה דברים שאני לא ממש מבין ולא יודע איך לקבל... אתן אך כמה דולמאות:

אמלול, כשיצאנו ממאידינק הייתי נתון לסערת רגשות ושקום כולי במחשבות, והנה ניצב לפני המדריך ובטון מאוד לא ידידותי אמר לי: "המורה! אולי תצאל לחנך את גלמידיק! הם לא מפטיקים ל"רצת" על עומר שבוכה. אפשר לחשוב שהם יצאו כרגלם ממסיבה, הם בכלל לא מתחברים!"

ואם לא די בלמא, בשיחת הערב לא הצלחתי ארכז את החזרה ולרום אהם להתחלק בחוויות, כמה מרגיל! זביה"ס אני נחשב למורה מסולה ולמחנך שיוצא אהפסיו את גלמידי, ואילו כאן הכל הולך על צד שמאל, מה קורה לי?....

אני מוכרח אהפטיק שכן מחוץ לחדרי נשמעות צעקות (אל על פי שהשעה כבר 2 אחר חצות...) יצאתי החוצה ומצאתי מספר

גלאמיזם שהחזיטו כי חזל "זכזכז" את הזמן של שינה. שכנעתי אותם להירגע ואחזור אחזרים, ואני, שזמננו זרזשטו זחוויות חזרתי אזיקר יומני. אני מוכרח להתעודות ולומר כי לא חשגתי שיהיה לי כל כך קשה... טוב, אמשיך מחר. אני חייב לזכר אישון. זזוקר קמים מוקדס זכפויה אנו נסיסה ארוכה לכיוון קרקוז...

זיזה טוז

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 "בתורן" - 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 שריו 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

- **...תרגלי** בתהליך ההכנה מספר סיטואציות קונפליקטואליות בהן משובצים גם בעלי התפקידים האחרים. כך יזוהו מראש קשיים אפשריים וכוחות פוטנציאליים במגוון מצבים.
- **...הקפדי** 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).
- **...התעקשי** 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.
- **...אמצי** כלפי התלמידים עמדה שאינה מתמקדת בסמכות ובצורך להפעיל סמכות, אלא בעמדות בהן מובעת כלפי התלמידים אמפתיה, תמיכה ועוד.
- **...שקודי** 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...
- **...קיימי** שיחה עם התלמידים לגבי התמודדויות במצבי לחץ באופן אישי ובאופן קבוצתי.
- **...רעני** 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 תלמידך חשים בו.
- **...סע/י** לשלום וחזרו/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 חוויה ייחודית באינטנסיביות שלה ובמשך זמן שהייה 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 במהלך 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 לבדוד 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 ושבעמדם 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 שמשוה 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 שהנערה/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 "חשבותי 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 שווידאת כי כל התלמידים והמלווים שרצו להשמיע דברם אכן דיברו, תוכלו/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 משותפת 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?