



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 אחרירה וחקירה

- חשבו על המתבגר שלכם היוצא למסע לפולין או נסו לחשוב על עצמכם יוצאים בגיל ההתבגרות למסע שכזה...
- נסו להתחבר לחווית המסע ולחווית 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 קמחן ממה שקרה בשואה". ואכן, המסע לפולין מהווה בדרך כלל חוויה חזקה עבור משתתפיו בכלל ועבור המתבגרים בפרט. מדובר בחוויה שבכוחה לזעזע רגשית ושכלית, וככזאת יש בכוחה להביא לשינוי עמדות.

בגיל ההתבגרות, בתקופה בה בני הנוער מחפשים ומעצבים את עמדותיהם כלפי נושאים ערכיים, מוסריים, מדיניים, דתיים, עדתיים וכו' מהווה חווית 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. המלצות 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 באיציבות מסוימת.

למנגנוני 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 לנערה/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 פילוסופיים 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 מקונקרטיים 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 והאינדיבידואליזציה 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, לבלויו 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 החווייה 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

