



## BNF Fifon יוני ובכתי"א

### פרויקט תעודת בגרות חברתית

ביה"ס נבחר להשתתף בפרויקט הענקת "תעודת בגרות חברתית" במסגרת התכנית המערכתית לחינוך למעורבות חברתית ולאזרחות פעילה. מטרת יוזמה זו היא להמשיך ולעבות את תכנית "המחויבות האישית" בכיתות י ויקחו בה חלק תלמידי מחזור י"ח. מטרה נוספת היא שהתעודה תהווה מסמך הערכה בכל השלבים שעוברים בני הנוער אחרי שיסיימו את לימודיהם: צה"ל, אוניברסיטאות ומקומות עבודה.

במסגרת התכנית תוענק לבוגרי התיכון שיהיו פעילים חברתית ואזרחית במהלך שנות לימודיהם בתיכון וברצף של שלוש שנים "תעודת בגרות חברתית", בנוסף לתעודת הבגרות המסכמת את הישגיו הלימודיים. הקריטריונים לקבלת התעודה הם ביצוע שישים שעות התנדבות בכל שנה במשך שלוש השנים שבהן למד התלמיד בביה"ס העל יסודי, וכן חוות דעת חיובית על איכות ביצוע הפעילות ההתנדבותית. התלמידים שישתתפו בפרויקט יזכו לליווי אישי והכשרה בתחום ההתנדבות שבו יבחרו.

אך עוד בטרם החל הפרויקט, תלמידים רבים המשיכו את "המחויבות האישית" שהחלו בכיתה י. להלן מספר דוגמאות לכך:

## מחויבות אישית מד"א שנה שנייה

יובל אדלר, י"ו

החייאה שעשיתי לגברת בת 50, שבזכות זה שביצעתי אותן, היא חיה היום."

**האם קרה לך פעם שנסעת באמבולנס למטרות חירום? אם כן, תני לנו דוגמא כזו.**

"היו כמה פעמים שנסעתי באמבולנס למטרות חירום למשל בתאונות דרכים שקורות באזור ירושלים."

**האם במסגרת ההתנדבות קורה שאת נקלעת למצבים מפחידים או מלחיצים? אם כן, איך התמודדת איתם?**

"כן, היו מקרים מלחיצים או מפחידים שנאלצתי לראות במסגרת ההתנדבות שלי במד"א, אך למדתי בקורס לחשוב ולפעול בצורה מעשית, וכמובן שאני לא נכנסת לפאניקה ולא מתנהגת בהיסטריה שעלולה להבהיל את החולים ולגרומ להם החמרה במצב הבריאותי."

**כפי שאת יודעת, תלמידי כיתות י' החלו השנה במחויבות האישית שלהם. חלק מהם החליטו להתנדב במד"א. בתור מתנדבת מנוסה, מה את ממליצה להם?**

"אני קודם כל שמחה שהחלטתם להתנדב במד"א. צפויה לכם חוויה נהדרת. אני ממליצה לכם להשקיע בפעולות שלכם בקורס ובמעשי ולהתנדב מתוך הנאה, וכתוצאה מכך תרגישו מלאי סיפוק. כמו כן אני ממליצה לכם שבמקרה שלא תרגישו בנוח במהלך ההתנדבות מכל סיבה שהיא, תפנו לאנשים אחרים כמו המשפחה, לממונים עליכם מטעם מד"א, ליועצת ולחראית מחויבות אישית."

**ולסיום, שאלה אחרונה: האם את שוקלת להמשיך ללמוד או לעסוק בתחום הרפואה?**

**מאיה:** "אני לא יודעת אם אמשיך לעסוק בתחום זה, יכול להיות שכן ויכול להיות שלא. ישנם תחומים נוספים שאני אוהבת, ואני לא יודעת מה יהיה בעתיד."

לאחרונה החלו תלמידי כיתות י' בפרויקט מחויבות אישית שבמסגרתו הם מתנדבים במקומות שונים במשך שנת הלימודים. חלק מתלמידי כיתות י"א ממשיכים גם השנה את המחויבות האישית משנה שעברה. אחת מהם היא מאיה גודוביץ, מתנדבת במד"א זו השנה השנייה, שהסכימה להתראיין.

**למה בחרת להתנדב במד"א במסגרת מחויבות אישית?**

"התחלתי להתנדב במד"א בחופש הגדול בין ט' לז', השתתפתי בקורס הכנה להתנדבות. למדתי בקורס: אנטומיה, מחלות, עזרה ראשונה ובסיס רפואי. כמו כן היו תרגולים מעשיים כמו החייאה על בובה מיוחדת לצורך זה, טיפול בפצעים ועוד. התחלתי להתנדב באופן מעשי בסוכות 2010 לאחר שביקשתי מהאחראית על מחויבות אישית להכיר בהתנדבות שלי במד"א כמחויבות אישית. חוץ ממני יש עוד תלמידים שמתנדבים שנה שנייה, וכיף לעבוד איתם."

**מה היו הציפיות שלך כשהתחלת להתנדב?**

"הציפיות שלי היו לטפל במקרים כמו החייאה וטיפול בפציעות."

**מה גרם לך להתנדב במד"א שנה נוספת?**

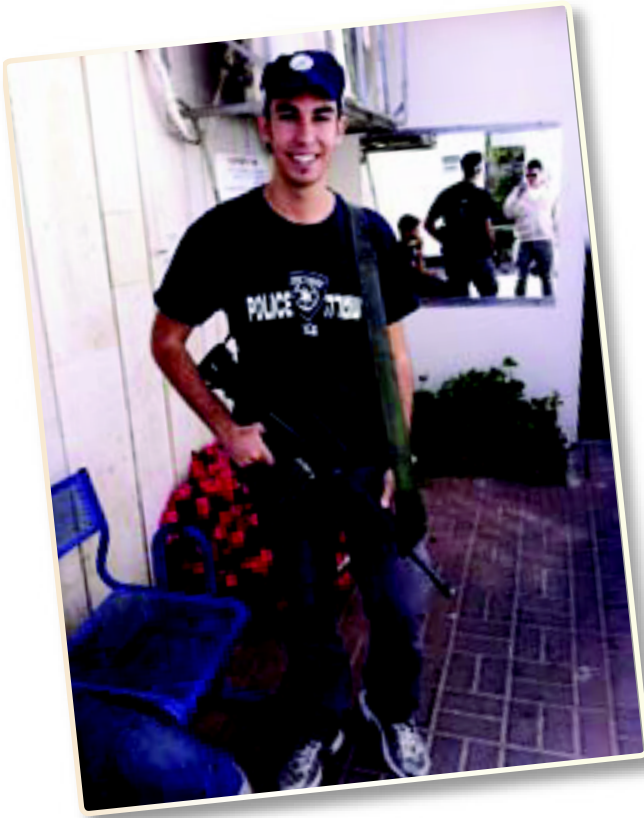
"קודם כל היה לי מאוד כיף בהתנדבות במד"א. הייתה לי הרגשה טובה שעזרתי לאנשים להרגיש טוב יותר, וכמובן שנהניתי מאוד לעזור לאנשים במצוקה."

**מה את עושה בהתנדבות?**

"אני עולה על האמבולנס ומאיישת אותו. אם יש אנשים חולים, אני עושה טיפולים המקלים עליהם כמו הנשמה, החייאה ועזרה. לפעמים פעולות אלה מצילות חיים כמו

# מחויבות אישית ומעבר לכך

נוי אליאסי, י"6



התלמיד **ליאור לבני** הלומד בכיתה יא בבית ספרנו, מתנדב כבר שנתיים ברציפות במשמר האזרחי ביישוב ותורם מזמנו למפעל חיוני זה.

הנה כמה שאלות ששאלתי את ליאור והתשובות שקיבלתי ממנו:

## מדוע בחרת להתנדב דווקא למשמר האזרחי?

האמת שהכול קרה די במקרה. בשנה שעברה המחויבות האישית שבחרתי הייתה דווקא במד"א. אני זוכר שבשיעור מתמטיקה אחד בא שוטר לכיתה ואמר שכל מי שרוצה לשמוע על המחויבות האישית יכול לצאת מהכיתה להרצאה. ישר קפצתי על ההזדמנות לצאת משיעור מתמטיקה ויצאתי לשמוע קצת על ההתנדבות במשמר האזרחי. גיליתי שהמשמר האזרחי ממש מעניין אותי בגלל האקשן שהוא תיאר והחלטתי לשנות את הבחירה שלי.

## מה התפקיד שלך במשמר האזרחי?

אני משתתף בסיוורים, לפעמים ברגל ולפעמים בניידת וממלא את תפקידי בהתאם לצרכים העולים באירועים בהם אנו נתקלים.

## במה אתה מרגיש שאתה תורם לחברה?

אני מרגיש שעצם זה שאני משקיע מזמני הפרטי, במקום למבחנים לבזבז זמן או לצאת עם חברים אני במשמר האזרחי תורם ועוזר לשמור על הסדר.

## מה אתה עושה בזמנך הפנוי? חוץ מההתנדבות?

בבית הספר אני לומד במגמות כימיה וביולוגיה אני בדוברי אנגלית. אני הולך לחדר כושר ארבע פעמים בשבוע ומשמש ראש צוות של מדריכים לכיתות ה'-ו' בנוער תל"ם, אני אוהב לנגן בגיטרה ולצאת עם חברים הרבה.

## איך אתה משלב את כל הדברים שבהם אתה עוסק יחד עם הלימודים?

אני מאוד עסוק, אבל אני מתכנן את הזמן שלי בהתאם. בזמן האחרון הייתה לי באמת ירידה בציונים ובלמודים בכלל, אבל עכשיו אני מפחית במשמרות במשמר האזרחי ומקבל עזרה בלימודים במטרה לשפר את הציונים שלי.

## מה גרם לך להמשיך להתנדב במשמר האזרחי?

אני ממש אוהב את החברה, את האנשים שהמשיכו להתנדב איתי ואת השוטרים שאני מבלה איתם. בנוסף אני רוכש חוויות ונהנה מאוד מהאקשן שיש במשמר האזרחי.

## איך מגיבים ההורים לעובדה שהמשכת בהתנדבות שלך במשמר האזרחי?

ההורים שלי לא כל כך אוהבים את זה שאני ממשיך להתנדב במשמר האזרחי כל כך הרבה, בתחילת השנה לא היה לי זמן לכלום כי עשיתי ארבע משמרות של שמונה שעות כל משמרת כל שבוע, ההורים שלי מעדיפים שאלמד במקום להתנדב כל כך הרבה.

## איך החברים שלך מגיבים לזה שאתה ממשיך להתנדב?

החברים שלי מפרגנים לגמרי, יש לי חברים שהמשיכו להתנדב איתי גם השנה במשמר האזרחי, יש לי אפילו כמה חברים שלא היו שנה שעברה במשמר האזרחי והשנה באו להתנדב במשמר בזכות כל החוויות והסיפורים שאני מספר להם.

## האם אתה חושב שזה תורם לאישיות שלך? אתה רוצה להמשיך לעסוק בזה בעתיד?

ההתנדבות מאוד תרמה לי לאישיות. אני מרגיש שהביטחון שלי עלה, הצלחתי ללמוד הרבה דברים על עצמי במסגרת ההתנדבות כמו למשל: שאני יכול לעמוד ולהתמודד עם הרבה מאוד לחץ. למדתי להתגבר על פחדים, פעם אחת הלכנו לבית שהיו בו פורצים. אני זוכר שמאוד פחדתי, אבל לאחר מכן, בסיטואציות יותר מפחידות, כבר פחות פחדתי. בזכות המשמר האזרחי גם התחלתי לשמור מאוד על כושר בגלל אופי הפעילות. למרות כל זה אני לא חושב שארצה לעסוק בתחום המשטרה בעתיד.

**גם התלמידה הדס חברון, הלומדת בכיתה י"א 6 בבית ספרנו, מתנדבת כבר שלוש שנים ברציפות בבית החולים "הדסה עין כרם" ותורמת מזמנה למפעל חיוני זה.**

### מדוע בחרת להתנדב דווקא ב"הדסה עין כרם"?

בכיתה ט' בבית הספר הקודם שלי היינו צריכים להתנדב במסגרת המחויבות האישית. בפעם הראשונה ששמעתי שאפשר להתנדב בהדסה עין כרם. בהתחלה קצת נרתעתי מהרעיון שמחויבות האישית תהיה בבית חולים, אבל כשהמשכתי לשמוע על ההתנדבות הבנתי שהמסגרת הזו של משחק וטיפול בילדים היא בדיוק בשבילי.

### מה התפקיד שלך במסגרת המחויבות האישית שלך?

בדרך כלל התפקיד שלי הוא לבלות את הזמן עם הילדים ולנסות להשכיח מהם את כל הטיפולים הרפואיים הקשים שהם עוברים במהלך היום. כידוע מצב הרוח של הילדים משפיע עם ההחלמה שלהם. אני משתדלת לשחרר את ההורים של הילדים שנמצאים עם הילדים עשרים וארבע שעות להפסקת קפה או אפילו לסתם מנוחה קצרה. לפעמים אני מספרת לילדים סיפור, לפעמים אני מביאה עבודת יצירה.

### מה את עושה חוץ מהמחויבות האישית שלך? מה התחביבים שלך?

אני בחמש יחידות פיסיקה, חמש יחידות ביולוגיה, חמש יחידות אנגלית וחמש יחידות מתמטיקה, בנוסף לזה אני לומדת חמש יחידות מוזיקה באקדמיה למוזיקה. אני אוהבת אומנות, אני מנגנת בגיטרה קלסית. בנוסף לכל זה בזמני הפרטי אני מתנדבת פעם בשבוע בהדסה עין כרם ומשתתפת ב"Lead" - פרויקט לקידום מנהיגות צעירה.

### איך את מצליחה לשלב את כל זה - עם הלימודים ועם המחויבות האישית שלך? האם את מרגישה פגיעה בלימודים?

לא, לדעתי גם לא צריכה להיות פגיעה בלימודים! כשמשהו מספיק חשוב לך אתה מוצא את הדרך לשלב את זה בחיים שלך גם אם יש לך לוח זמנים עמוס!

### מה גרם לך להמשיך להתנדב גם השנה?

קודם כל הצלחתי ליצור גיוון בהתנדבות שלי, כמעט כל שנה החלפתי קומה בבית החולים ונתקלתי בילדים שונים. בעיקר בגלל העובדה שאני אוהבת את ההתנדבות שלי ומרגישה שזה מספיק חשוב. זו הסיבה המרכזית שגורמת לי לרצות להמשיך בהתנדבות.

### איך מגיבים ההורים לעובדה שהמשכת להתנדב בהדסה עין כרם?

ההורים שלי גאים בי ומאוד מעודדים אותי להמשיך בהתנדבות שלי.

### איך החברים שלך מגיבים לזה שהמשכת להתנדב?

יש דבר כזה שנקרא פרטיות החולה, מה שאוסר עלי לספר דברים על המטופלים שאני משחקת או מדברת איתם. לכן אני לא יכולה לספר חוויות מהמחויבות האישית שלי לחברים, וכך העובדה שהמשכתי להתנדב לא משפיעה על החברים שלי כי אני בקושי מדברת איתם על זה.

### האם היו לך מקרים שהיית צריך להפריע לחברים שלך במסיבה או בפעילות?

קרה לי כמה פעמים שראיתי אנשים מהשכבה, אם אני לא מכיר אותם אין לי בעיה לפזר מסיבות, אבל אם אני מכיר אותם אז השוטר שאיתי אומר לי להישאר בניידת ושהוא יסתדר בלעדי.

### האם יש אנשים ששואלים אותך למה המשכת בכלל בהתנדבות ולמה אתה מבזבז את הזמן שלך? מה אתה עונה להם?

כן, הרבה אנשים אמרו שהם לא מבינים למה ביום רביעי, כשאני לא לומד בבית הספר, אני קם מוקדם בבוקר למשמרות או בימי שישי בערב במקום לצאת עם חברים, אני הולך למשמרות משמונה בערב עד שש בבוקר, ואיך יש לי כוח וזמן לכל זה. אני פשוט עונה להם שאני אוהב את מה שאני עושה ושאלם אני מצליח לפנות לזה זמן, אז למה לא?

### לסיכום, איך תשכנע ילד שעכשיו צריך לבחור את המחויבות האישית שלו, להצטרף דווקא למשמר האזרחי?

אני אגיד לו שגם אם המשמר האזרחי נשמע לו מקום מפחיד או מלחין ודורש הרבה אחריות, זה שווה את זה. ושהוא מאוד מספק כשנותנים לך כזאת אחריות כמו נשק לידיים, ושסומכים עליך ככה.

### תודה רבה לליאור ששיתף אותנו בחוויותיו ובמעט הסברים על איך שהוא מצליח גם ללמוד וגם להתנדב.





וששיחקנו איתה, ולא תזכור רק את הטיפולים הקשים שעברה. ישר אחרי הפעם הזאת ידענו שנמשיך להתנדב במקום הזה כי יש לנו הרבה השפעה על הילדים שם.

### קרה לך פעם ששמרת עם ילד על קשר כשהוא עזב את המחלקה?

מרגש אותנו מאוד כשאנחנו כבר צריכות ללכת ואחד הילדים בוכה כדי שנישאר. זה מקשה מאוד על העזיבה שלנו. כשילד עוזב את המחלקה אז השמחה מהולה בשמחה. שמחה כי כשילד עוזב מחלקה זה סימן שהוא כבר הבריא, אבל ילד שבילית עמו הרבה זמן פנוי ושמש נכנס לך ללב - הפרידה קשה, כי אתה יודע שרוב הסיכויים שלא תראה אותו יותר! הרופאים ממליצים שכשילד כבר עוזב את בית החולים עדיף לא לדבר אתו ולא לשמור על קשר אתו כי הילד צריך להתנתק מכל מה שמזכיר לו את בית החולים. לכן לא יצא או לא התאפשר לי לשמור על קשר עם ילד שכבר עזב את בית החולים.

### לסיכום איך היית משכנעת תלמיד שעכשיו צריך לבחור את המחויבות האישית שלו, לבוא דווקא להדסה עין כרם?

אני לא חושבת שצריך לשכנע ילדים לבוא להדסה עין כרם, אני חושבת שמה שצריך לעשות זה להראות לילדים שבית החולים הוא לא רק מקום מרתיע ומפחיד. צריך לזכור שבסופו של דבר, מדובר בילדים קטנים מלאי שמחת חיים שרק רוצים מישהו לשחק אתו, ושלא ירחם עליהם או ידבר אתם על טיפולים ותרופות.

אל תמנעו מעצמכם את הסיפוק הזה - **לשמח ילד חולה.** אם אתם מחפשים התנדבות בשביל לתרום ולהרגיש שאתם באמת תורם ולא רק "מסמן" ✓ - זה המקום בשבילכם!

### האם את חושבת שזה תרם לאישיות שלך? חשבת להמשיך לעסוק בזה בעתיד?

אני בהחלט חושבת שזה תרם לאישיות שלי. בכלל אני חושבת שכל מה שבן אדם עושה או חווה בחייו משנה אותו ומוסיף דברים חדשים לאישיות שלו. ראיתי דברים חדשים, שלא הייתי רגילה לראות לפני כן בחיי היום יום שלי. בנוסף נוצרו לי קשרים עם הרבה ילדים שהעברתי איתם זמן במחויבות האישית שלי, זכיתי לפגוש אנשים מדהימים שלא הייתי פוגשת אחרת. המחויבות האישית נתנה לי כלים לחיים, כמו איך לעבוד עם אנשים, לצאת מהבועה שאנחנו חיים בה, לגלות ולהיחשף לדברים חדשים בחיים, לקבל פרופורציות ובאמת להעריך מה שיש לך. בנוסף זה נותן לך מקום לבטא את עצמך. אני חושבת שבעתיד אעסוק במשהו שקשור לרפואה, או לעבודה עם ילדים, בכל מקרה זה גרם לי להבין שבעתיד אני אעשה משהו שעוזר ונותן לאחרים ולא רק שביל עצמי.

### את יכולה לספר לי על מקרה משמעותי שאת זוכרת מההתנדבות שלך?

בפעם הראשונה שהלכתי למחלקה שהייתי צריכה להתנדב בה, אני ועוד חברה שלי היינו אמורות להתחסן לפני כן. לא כל פעם צריך להתחסן, אבל זו הייתה התקופה של שפעת החזירים והיינו בקבוצת הסיכון. היינו אמורות להתחיל את ההתנדבות רק שבוע לאחר החיסון, אבל לא התאפקנו ורצינו להיכנס למחלקה שהיה בה בוגר בית ספר. הוא שיחק עם שתי ילדות: אחת ערביה ואחת חרדית. האימהות של הילדות ישבו ודיברו ביניהן. זה מאוד הפתיע אותנו לראות שתי אימהות כל כך שונות מדברות ביניהן. אחרי ששיחקנו עם הילדות, אחת האימהות אמרה לנו שעכשיו שיחקנו עם הבת שלה, וכשהבת שלה תחזור הביתה היא תזכור שהיא הכינה איתנו פלסטלינה



### מה זה אלטרואיזם?

במשמעותו הפילוסופית מבטא האלטרואיזם השקפה מוסרית שלפיה צריך הפרט להתנות את התנהגותו על פי אינטרסים של בני אדם אחרים, רווחתם ואושרם. הפעולה למען רווחת הזולת היא למעשה ההצדקה המוסרית לקיומו של אדם. האפיון של פעולה כאלטרואיסטית נגזר מתפיסת הפילוסופיה של המוסר את הטוב והמוסרי. כלומר - פעולה המקדמת את השגת הטוב והמוסרי עבור אחרים נחשבת כאלטרואיסטית.

לאחרונה פורסם בכתב עת מדעי ידוע מחקר מרתק על התנהגות אלטרואיסטית של חולדות, שבו גילו שהן מגלות חמלה ודואגות לחבריהן בדיוק כמו בני האדם.

בכמה ניסויים שערכה פגי מייסון, פרופסור למדעי המוח באוניברסיטת שיקגו, נמצא שחולדות נוטות לשחרר חולדות אחרות שנכלאו בכלוב, גם כששוקולד הוצג בפניהן בניסיון לפתות אותן. עשרים ושלוש מתוך שלושים החולדות שהשתתפו במחקר, פתחו את הכלוב על ידי דחיפת הדלת. החולדות יכלו

## נתינה / צדק חברתי / התנדבות

האם הם קלואים  
אלטרואיזם?

יהודית שילה  
מורה לביוגיה