

# מפת המסע המופלא של בר-משימה™

חוברת עבודה זו מורכבת מחמישה שערים:

**השער הראשון:** זוהי נקודת ההתחלה. כאן ניתן ללמוד על מה בדיוק מדובר, ולהכיר את מסלול המסע. העבודה במסגרת השער הראשון תשמש להבהרת מונחים והגדרות, חוקים ומטרות. כדי לוודא שאנו מתכוונים לדברים זהים כאשר אנו מתקשרים זה עם זה, נבצע מספר משימות ראשוניות שמערבות קריאה וכתובה. אסטרטגיה יעילה עבור כל פרויקט הינה:



## סוף מעשה במחשבה תחילה

**השער השני:** שער זה עוסק בעצמי. אין צורך להרחיק לכת, מפני שבחלק זה אנו בוחנים ומתבוננים במרכזו של הפרויקט – את/ה. שער זה מספק הזדמנות למחשבה על בריאות גופנית, רגשית ורוחנית. בשער זה יכללו מיקוד ופרטים בנוגע לתזונה מקדמת בריאות ופעילות גופנית, כמו גם פעילות אינטלקטואלית. כפי שרבים כבר יודעים:



## נפש בריאה בגוף בריא

**השער השלישי:** שער זה יחקור את המעגלים המתרחבים שבמסגרתם מתנהלים חיינו. נעבוד בכדי לזהות חובות ותחומי אחריות שלנו ביחס למשפחה, לחברים, לקהילה ולאומה. כמו כן, נבחן את יחסינו עם דת ואמונה. ישנה חשיבות רבה לחקירת ההיסטוריה ושורשי המשפחה.



## דע מאין באת ולאן אתה הולך, כך תזכה בחוש כיוון ברור

**השער הרביעי:** שער זה עוסק בביטוי ספקות: במסגרת שער זה תהרהרו במשמעותו של הפרויקט. לא רצוי להתייחס לדברים כאילו היו מובנים מאליהם. ניתן להגיע אל המטרה רק על ידי מיקוד תשומת הלב, התמדה והגינות.



## לכל מטבע לפחות שני צדדים

**השער החמישי:** שער זה עוסק בטקס הסיום: זוהי המטלה האחרונה לפני שתוכרוזו ברי-משימה™. איספו בסבלנות את המסמכים, הרשימות, ההישגים שהושגו ואת יתר התיעוד של המסע. הכינו מצגת לכבוד טקס הסיום ותכננו את המסיבה שלכם. זהו זה: כאן תוכלו לחוש את הכיף והסיפוק שבהשלמת המסע.



## כל מסע, גדול ככל שיהיה, מתחיל בצעד קטן

## למה לצפות (ולמה לא לצפות) מבר-משימה™

מכתב מאתנו – מפתחי בר-משימה - אליך

אנו אסירי תודה על התעניינותכם בפרויקט זה. בר-משימה הנו מדריך וחוברת עבודה למתבגרים. הוא נכתב מנקודת מבט רחבה, בכדי שיהיה מועיל עבור טווח רחב ככל שניתן של בוגרים צעירים (וגם עבור אלו שכבר אינם כה צעירים). בבסיסו נועד הפרויקט לספק רעיונות ונקודות מבט שבאמצעותן יוכלו מתבגרים להתבונן בעצמם, ולפקוח את עיניהם ולמקד את מחשבתם בשינויים העוברים עליהם. אנו מקווים שהפרויקט יעודד אותם ליטול אחריות וינחה אותם בדרכם להפוך למשתתפים מועילים יותר בקרב משפחתם והקהילה שבה הם חיים. קיימת הנחה בסיסית הגורסת כי מודעות ומשמעת עצמית הינן בעלות פוטנציאל לסייע ליחיד להשיג מיקוד וביצועים טובים יותר בחיי היום-יום. אין ספק שאלו הגדלים בקרב משפחות יציבות ואוהבות, ולצדם חברים טובים, מנהלים חיים קלים יותר במובנים מסוימים, ביחס לאלו שאינם כה ברי מזל. כמו כן, ברור שסביבות שונות וסוגי התנהגות וסגנונות חיים שונים מניבים תנאי בסיס שונים וציפיות שונות. יתר על כן, ליקויים אישיים עלולים להפוך את המצב למורכב יותר. לכן, יש לעשות שימוש בספר זה אך ורק בהתאם ליכולות ותחושת הנוחות של המתבגר.

אנו מודעים לגיוון הרב של תנאים חברתיים וכלכליים, ומסורות הקיימים בעולמנו. לכל דרך חיים יש יופי משלה, כבוד וערך, כפי שמשמע מן המבנה הבסיסי של הפעילויות הנכללות בפרויקט זה. במסגרת הפרויקט, המתבגרים אינם צריכים לסטות או להיפרד מן הרקע החברתי הנוכחי שלהם.

כאשר הנכם בוחרים לצאת למסע שמציע בר-משימה, פרשנותכם האישית, הקבלה והיישום שלכם הם שיגרמו למסע להוות הצלחה עבורכם. מיצוי הפוטנציאל הגלום במסע טמון בכם, הקוראים והמשתמשים בחוברת עבודה זו. אנו לא מעניקים ערבויות ביחס לתוצאות וההישגים שיושגו כתוצאה מן הרעיונות המובעים בחוברת עבודה זו.

אם יש לכם שאלות או דאגות ביחס לבר-משימה, אנא צרו עמנו קשר.

בר-משימה™ ת.ד. 1300 רחובות 76115

## כיצד נוצר בר משימה™?

בר-משימה נולד בשנת 1988. בנו הבכור, אופיר, היה אז בן 12, והתקרב לגיל בר המצווה. לפי המסורת היהודית, ילד המגיע לגיל מצוות לומד לקיים את מצוות הדת וקורא בתורה, באירוע חגיגי הנערך בבית הכנסת. באופן כללי, אירוע זה משמש כנקודת מעבר בה הופך הילד, שעד עתה היו לו מעט התחייבויות ותחומי אחריות, לבוגר המקבל את כל "תחומי האחריות" והמעמד על עצמו. משמעות המילה בר היא בן, אך יש לה משמעות נוספת – 'ראוי', בהתייחס ל'מסוגלות' ו'מוכנות'. המונח "מצווה" מתייחס לקיום חוק מחוקי הדת היהודית, מעשה טוב המבוצע כפועל יוצא של דתיות. אם כן, בגיל 13, ילד יהודי הופך ל"בר-מצווה": ראוי לקבל את הזכות ל"מעשים טובים" כמו גם, החובה (והעונש) של מעשים רעים.

בכדי ליצור מושג מקביל בעל משמעות חילונית, מצאתי שמתאים להשתמש במונח 'משימה' בכדי להחליף את המילה מצווה. בר-משימה משמעו "מוכן למשימה". מונח זה נטבע במיוחד עבור הפרויקט. הוא דומה למונח בר מצווה, אך אינו מוגבל לביצוע מצוות בלבד.

אשתי ואני רצינו לספק לבננו פעילויות נוספות ואתגרים אינטלקטואליים, מפני שאנו מתייחסים ברצינות רבה לתהליך ההתבגרות של הילד ולכניסתו אל עולם המבוגרים. רצינו לספק לו כלים שיסייעו לו להתמקד בתהליך הגדילה שלו, ולפיכך יצרנו את הגרסה הראשונה של בר-משימה. שלוש שנים אחר כך, יצרנו גרסה שנייה (הפעם הייתה זו 'בר-משימה™') עבור בתנו, איה. לאחרונה יצרנו גרסה שלישית, עבור בתנו השנייה, אפי.

אנו משפחה ישראלית, יהודית-חילונית. אנו רואים חשיבות עליונה בהנחיית ילדינו בכל שלב בחייהם, ובייחוד כאשר הם עוברים מילדות לבגרות. חשנו צורך להעניק להם עוד כלים חינוכיים בנוסף לתהליך "בר המצווה" המסורתי.

בר-משימה הנו פרויקט אוניברסלי, מפני שהוא מספק נקודת מבט רחבה ביחס לתהליך ההתבגרות ואינו מוגבל לעקרונות הדת היהודית. כל מתבגר עובר, במוקדם או במאוחר, תהליך מורכב הכולל חיפוש הזדהות והכרה עצמית, ומאבק להשגת שליטה ומשמעת עצמית.

בר-משימה מציע רעיונות, מושגים ומסגרת לביצוע פעילויות אלו. ניתן לבצע את הפעילויות לבד או בליווי של משפחה וחברים. חברים ובני משפחה קרובים מוזמנים לקחת חלק בפעילויות ולסייע בתהליך. מעורבותה של הסביבה החברתית הקרובה של הילד בפרויקט הינה חיונית, שכן, אלו ההורים, החברים והקהילה אשר מעניקים בסופו של דבר את התואר בר-משימה לאחר הכרה בהישגים שהמתבגר מציג בטקס הסיום.

בר-משימה מוגש לכם בזאת, וברצוננו לחלוק אותו עמכם. נשמח מאוד לשמוע מכם ונתייחס לרצינות רבה לקלט שיגיע מכם.

## בר-משימה מוקדש למשפחתי המקסימה