

”כשהורים אומרים 'הבן שלי, רק 8200' זה נורא מצחיק אותי, כי ההורים באו מעולם של קביעות והילדים חיים בעולם אחר. אם הם ילכו ל-8200, זה לא אומר שהם ירצו לעסוק בזה כל חייהם”

אמא, עברי להקשב!



מיטל מידם הייתה המפקדת של בסיס הטירונות מחנה 80, ואחרי שהשתחררה מצה"ל גייסה את עצמה למטרה אחרת: קורסי הכנה להורים לפני גיוס.
בריאיין היא מסבירה איך להגיב כשהילדים מתקשרים מהצבא ומתלוננים שקשה להם ומה הצחיק אותה בסדרה "המפקדת"

דינה חלוץ | צילום: יובל חן

רג ולערכן גרסה, כמו באייפון, אבל הם לא יודעים לעשות את השיפט הזה. ההורים חווים הרבה אי-ודאות וחוסר שליטה. נכון, יש להם מושג כי גם הם היו בצבא, אבל הישענות על חוויות העבר שלהם – בין אם היה להם שירות מדהים ובין אם גרוע – מיתרת, כי קרו הרבה מאוד שינויים מאז, ולא רק בצבא.”

● אילו שינויים?
”הילדים שלנו הם לא הילדים שאנחנו היינו, וגם אנחנו לא ההורים שלנו. כשאנחנו התגייסנו לא היה כל כך הרבה מידע, והיום הילדים מוצפים במידע, חלקו רלוונטי וחלקו לא רלוונטי, חלקו נכון וחלקו לא, וזה מבלבל. אנחנו צריכים ללמוד איך להנחות אותם ולהכין אותם באמת למה שיקרה בצד השני של המערכת.”

● מה הדבר הכי חשוב שאת מלמדת בקורס?
”הקורס עוסק בכל המעטפת שהורה יכול לתת בתהליך הגיוס, בטירונות עצמה ובשירות בכלל. הרעיון הוא לתת להורה ידע רלוונטי, קודם כל כדי שהוא יירגע בעצמו ויוכל ללוות את הילד נכון. ההורים לומדים איך להדריך את הילדים להבין ולהכיל את מה שהולך לקרות בצה"ל, איך להפוך למשמעותיים בתהליך הגיוס, החל מהצו הראשון ועד לתום השירות.”

● מה זה אומר להיות משמעותיים?
”לא להיכנס להיסטוריה, להוריד את סף הלחץ והחרדה, לגרמל את התהליך, להכניס לפרופורציה, להסביר גם את צורכי צה"ל ולא רק את הרצון האישי, והכי חשוב: להראות את החיובי.”

● ובפרקטיקה?
”איך תהליך הגיוס נראה, מה הדבר הראשון שהם עומדים לפגוש, עם מי מדברים ועם מי לא. אני ממש 'מכניסה' אותם לתוך בסיס טירונות, מתארת איך הוא נראה, מה התפקיד של המפקדים ומתי אנחנו כהורים צריכים לייצר תקשורת מול המערכת.”

שעת ט"ש זה ב"מ ולא ב"ת. יודעים למה? כי מ' זה מהמילה טרומ – שעת טרומ שינה. הרטא. איך בשעה הילד שלי אמור להספיק להתקלח, לארוג את הציוד שלו, לסדר ולנקות את החדר, והכי חשוב: להתקשר אליי? איך זה שהצבא בשבוע אחד לימדו אותם לעשות את כל זה בשעה, ואני ב-18 שנה לא הצלחתי? ואיך זה שלא הכינו אותנו ההורים לכל הדבר הזה? למה אין מילון קיצורים בתזכורת להורים? בכל זאת, 30 שנה, לך תזכור. כל יום בערב, בסלון, אנחנו אחד ליד השנייה עם הטלפונים בהיכון – למי יתקשר היום? ואז שבוע בשטח, לקחו טלפונים. מה שטח עכשיו??? לא מקובל עליי. הלו צה"ל, שומע? הילד הזה הוא שלי. רק הלוויית לך אותו, למה אני לא מקבלת את כל השעה...?”

את הפוסט הזה כתבה הצלמת אורית ראב-רומאו בפייסבוק לפני כמה שבועות, והוא תפס אותי מיד. למרות שכבר גייסתי (ושחררתי) שני בנים לפני, עדיין הזדהיתי עם דבריה, כי גם אני, כמוה, חיכיתי ערבים שלמים לצלצול כדי לשמוע איך הבת שלי, שהתגייסה לפני חצי שנה, מרגישה, אם טוב לה או רע לה, אם אכלה והתקלחה ואם הנשק לא כבד לה מדי.

הורים רבים, כמוני וכמוה, מתקשים להתרגל לעובדה שהילדים, אלה שעד היום סידרנו בשבילים את החיים, כבר לא ברשותנו. בדיקו בשבילים הקימה סא"ל (במיל') מיטל מידם (46), לשעבר מפקדת בסיס הטירונות מחנה 80, חברה בשם "שוברת דיסטנס". במסגרתה היא מרצה, עורכת הכנה אישית וקבוצתית לבני נוער בתהליך הגיוס ומ' לווה הורים של חיילים. בימים אלה היא מציעה קורס דיגיטלי ששמו "הקשב המפקדת, הילד שלי מתגייס".

● הורים ישראלים שולחים ילדים לצבא כבר שנים, למה את חור- שבת שעכשיו יש צורך בקורס כזה?
”במשך השנים הרבות שלי בצה"ל הבנתי שההורים חייבים להשתד-



“אני כל הזמן אומרת שאני מיה דגן”. מתוך “המפקדת”

צילום: רן מנדלסון באדיבות כאן 11

ללכת ראש בראש, אלא לשאול מה מניע אותם ולגלות את הפחדים שיושבים מאחורי ההחלטה. התשובה נמצאת אצלם, צריך לדעת לכוון אותם ולהרגיש את היתרונות שבשירות.

אמא שלי גידלה את הילדים

סא"ל מירם נולדה וגדלה ברמת־השרון, ובה היא גרה עד היום. היא גרושה ואם לארבעה (בת 18, שעדיין לא יודעת היכן תשרת, 15, 10 ו־7). מצה"ל השתחררה לפני שנתיים, ולפני שנה התגרשה. בעלה לשעבר הוא איש צבא בעצמו, ורוב השנים שירותו שניהם רחוק מהבית, כל אחד בתפקידו החיוני.

“לאורך השנים מילאתי תפקידים פיקודיים ולא הייתי בבית כל השבוע, לפעמים עשיתי שבתות בבסיס וכך גם בעלי”, היא מספרת. “חלק גדול מהשירות לא נכחתי בבית, ומי שגידל את הילדים בפועל הייתה אמא שלי, היא הייתה עווג. ההורים שלי נשאו ברוב הנטל.

חיים מוטרפים, אין מה להגיד”.

● נשמע קשה מאוד.

“זו מציאות אחרת ללא ספק. מהצד קשה להבין את זה, יש הרבה ביקורת, אבל זו הייתה הבחירה שלנו. ילדים הם עם סתגלן, הם התרגלו למצב והם גם ספגו ערכים משמעותיים של תרומה ועזרה למדינה. בעלי היה לוחם, היינו מתחלקים בינינו מי יגיע ומי יישאר בבסיס, אבל הוא נעדר הרבה יותר ממני, לפעמים במשך שבועות.

“היו המון תסכולים ומלא פספוסים, דברים שלא ראיתי שקרו. לא יכולתי להשפיע על הכל כי פשוט לא הייתי. אי־אפשר לנהל את הבית בשלט רחוק, אז צריך לדעת לשחרר. היו מקרים שהילדים שאלו למה אני אף פעם לא מלווה טיול שנתי, למה לא הגעתי לאספת הורים. אלה דברים שמאוד קשה לשמוע, והילדים ברוך השם לא חוסכים ממך כלום”.

● ודווקא כשהשתחררת התגרשת?

“לא התגרשתי בגלל שהשתחררתי, אבל נכון שזה קרה בסמיכות. כל אחד מאיתנו ראה מציאות אחרת, סוג של התפכחות. לקראת סוף השירות שלי חליתי בסרטן, ומחלה כזאת מנערת אותנו, היא לא באה סתם, היא באה כדי להעיר אותי”.

● איך גילית את המחלה?

“בגיל 40 הלכתי לבדיקת שד שגרתי. לא גילו כלום, אבל אני התעקשתי לעשות ממוגרפיה ואולטרסאונד, כי יש לי חברה בגילי שחלתה בסרטן השד וזה הראיג אותי. הרופאה התעקשה שאין צורך, אבל אני התעקשתי יותר, אז היא נתנה לי הפניה והוסיפה שזה לא רחוק. חיכיתי בסבלנות חצי שנה לבדיקה, ושם גילו משהו ושלחו לביופסיה ומכאן התחילה המלחמה שלי. עברתי ארבעה ניתר חים בשמונה חודשים, איברתי שד אחד, והיום הכל תקין, אני בריאה לחלוטין”.

● איך עברת את התקופה הזו?

“נכנסתי למוד של הישרדות, לא עניין אותי כלום, ראיתי משימה והס" תערתי עליה. הלכתי חזק קדימה עד שניצחתי את זה. עשיתי שחזור שד וזה נראה לא טבעי, אבל עשיתי את זה כשביל התחושה של הנורמליות, אני יכולה להתלבש וזה נראה בסדר. חוסר התחושה הוא הרבר הכי קשה”.

● יש לך בן זוג?

“לא. רגע, לאט־לאט. כל החיים עוד לפניי”. ■

”כשלא מסתדר לילדים משהו בבית הספר אנחנו מדברים עם המורה, וזו טעות. הם צריכים ללמוד להתמודד עם סמכות, זה יעזור להם מול המפקדים”

תהיו נחרצים, ובעיקר אל תזלזלו, כי בכל רגע אותו מפקד יכול לנתק לכם את הטלפון”.

● מהי הטעות הכי גדולה שהורים עושים?

“אנחנו משליכים על הילדים את המחשבות, האמונות והחווייות שלנו ופשוט נוטעים בהם חששות. יש הורים שלוקחים אחריות במקומם ונותנים להם שירותים מיותרים. אנחנו תמיד מרגישים שאנחנו הולכים להציל את הילד, אבל לפעמים פשוט לא צריך. כשילד מתקשר מהצבא ובוכה שקשה לו, לפעמים הוא רק רוצה מקום, הוא לא רוצה פתרון. הוא רק רוצה לשתף ולהוציא את זה ממנו, ומה אנחנו עושים במקום פשוט להקשיב? ישר נותנים עצות ופתרונות. הוא יודע מה לעשות, הוא הרי נמצא שם ורואה את המציאות יותר טוב מאיתנו, אז פשוט תשתקו ותקשיבו לו”.

● את לא באה מתחום הטיפול. מה הכשיר אותך לתפקיד שלקחת על עצמך?

“מכיתה ט' חלמתי להיות מפקדת, ידעתי שזה מה שאני הולכת לעשות בצבא, הייתי מדריכה צעירה במתנ"סים ברמת־השרון, עברתי מיון קדם צבאי להיות מ"כית בנים, ואחרי שהפכתי למ"כית, ידעתי לאן אני שואפת: להיות מפקדת יחידה. בספר המחזור כתבו עליי 'את אלוף מיטל מירם', כי כולם ידעו שזה מה שאני רוצה. יש לי ניסיון רחב בפיקוד וניהול חיילים בתחילת דרכם בצבא, אני יודעת איך הורים מתנהלים, ואת זה אני באה לתקן. אני רואה כזה ממש שליחות, זה יכול לחסוך הרבה טלפונים מוראגים למפקדים”.

ומה לגבי נעדים שמכריזים שהם לא מעוניינים לתגייס? הגישה של מירם היא

5

טיפים להורים לפני גיוס

1. אפשרו לילדים שלכם לנהל את תהליך הגיוס בעצמם.

2. אל תספרו סיפורי גבורה על השירות שלכם. במקום זה תקשיבו להם, תכילו ותחבוקו, וכמה שפחות לייעץ.

3. תפתחו ותדגישו מוקדם ככל האפשר מיומנויות שיעזרו להם להתמודד בתוך המערכת הצבאית: עצמאות, קבלת מרות, איפוק.

4. תזכרו שגלגל ההצלה שנקרא הורים, שעבר יפה בבית הספר, כבר לא יהיה רלוונטי כשהם יתגייסו.

5. אל תפתחו אפסנאות בבית. ציידו אותם בעיקר בגישה נכונה ורוח טובה.

איור: דניס הרפר

מה זה מודל “הזדמנו”ת”?

“פיתחתי מודל לפיתוח חוסן מנטלי”, אומרת מירם. “אני קוראת לו הזדמנו”ת בראשי תיבות, אבל גם במשמעותה של המילה עצמה, כי גם ההורים וגם הילדים צריכים להבין שיש פה הזדמנות גדולה. הם ניצבים בפתחו של פרק חדש ושונה לגמרי ממה שהכירו עד כה, וצריכים להגיד לילד ‘בוא תראה איך אתה מנצל אותה’”.

מה פירוש ראשי התיבות?

ה הרמת הסנטר. להסתכל רחב ולא רק על עצמי. צריך להסתכל גם על צורכי המערכת, ואני לא מתביישת להגיד להורים, ‘זה התור שלהם לתרום למדינה’.

ז זיהוי חוזקות. יכולת לזהות את החוזקות של הילדים ולהרגיש אותן מול המערכת, כי יש להם נטייה להרגיש דווקא את מה שהם לא יכולים.

ד דיבור פנימי. ללמוד לחזק את עצמם בעצמם. **ה מעורבות פעילה.** לעודד את הילדים להיות מעורבים בתהליך.

נ ניהול השינוי. לנסות להבין כמה שיותר איך השינוי הולך להיראות.

ו ויסות רגשות. כי קשה לדור הזה לווסת רגשות, והעוצמות בצבא גדולות. אם הם לא ידעו להתמודד עם זה, כבר, אין לנו יכולת לעזור להם.

ת תהליך. בסופו של דבר ההסתגלות למערכת היא תהליך”.

מיטבי, מושג ששאלתי מפרופ' יורם יובל, שהסביר שכדי לפתח שרירים מנטליים צריך לאפשר להם להיתקל בקושי ולחוות משברים, להרגיש חוסר ביטחון, לבכות ואף לכעוס. היום בהורות שלנו מונעים מהם את התסכול. כשלא מסתדר להם משהו בבית הספר אנחנו מדברים עם המורה, וזו טעות. הם צריכים ללמוד להתמודד עם סמכות, זה יעזור להם מול המפקדים בצבא. יש לי הקלטות של הורים שמתקשרים וצועקים, מאיימים ומקללים, הם מבינים שאין להם יכולת השפעה, וזה מתסכל אותם. לפני שאתם מרימים את הקול תחשבו מה המטרה שלכם. המ"פ הוא לא מורה, יש לו 200 חיילים על הראש ולא 30, יש לו אותם ל־24/7 ולא לחצי יום, ובעיקר יש לו משימות מורכבות. אני מציעה להוציא את התסכול במקום אחר, ואם יש לכם משהו להגיד דברו ברוגע, תשאלו ואל

- את חושבת שהורים צריכים להיות בקשר עם הצבא? “כמפקדת מחנה 80 קיבלתי לא אחת טלפונים מהורים מודאגים, ובעיניי זו טעות. אני לא חושבת שצריך להיות קשר בכלל בין הורים למפקדים גם אם יש קשיים, אלא אם יש נורות אזהרה”.
- מהן נורות האזהרה?

“אם בחופשות החייל מסתגר בחדר, לא אוכל כמו שצריך ולא מתנהל כרגיל, אפילו מומלץ להרים טלפון למפקדים, הם רוצים לשמוע את זה. בנוגע לכל שאר הדברים, תנו להם להתמודד לבד. אחרי השחרור הם ייכנסו לשוק העבודה, ומה תעשו אז? תתקשרו לבוס? אני זוכרת אבא אחד שהגיע ב־12 בלילה לשער של מחנה 80 והיה בטוח שהוא בא להציל את הבת שלו. הוא אמר שהוא ריכז איתה והיא אמרה שנורא קשה לה ושאם הוא לא יבוא היא תעשה לעצמה משהו. הוועקתי לשער ואמרתי לו, ‘בוא נלך לראות אותה’, הערתי אותה עם המפקדים שלה והיא הייתה כולה במבוכה, התנצלה שהיא בסך הכל אמרה לו שקשה לה ושהלואי שהוא היה יכול לבוא לקחת אותה הביתה, אבל היא לא באמת התכוונה שהוא יבוא. הוא היה בלחץ מטורף מזה, הגיע מרחוק, לא תגידו שהוא גר ליד מחנה 80.

“הייתה אמא שצלצלה לפקיד לשכה שלי בעשר בלילה וצרכה שהבן שלה לא מרגיש טוב ואף אחד לא מתייחס אליו. הלכתי לאוהל שלו וראיתי אותו צוחק עם החבר'ה על קולה ובמבה. שלחתי לה צילום והיא נרגעה”

“הייתה אמא שצלצלה לפקיד לשכה שלי בעשר בלילה וצרכה שהבן שלה לא מרגיש טוב ושאף אחד לא מתייחס אליו. הלכתי לאוהל שלו, הם עוד היו בשעת ט"ש, וראיתי אותו יושב וצוחק עם החבר'ה על קולה ובמבה, ואמא שלו בהיסטריה בצד השני של הקו. צילמתי אותו ושלחתי לה והיא נרגעה. הסיפורים האלה ממחישים איך חוסר השליטה שלנו מביא אותנו למחשבות טורדניות מיותרות שמטרידות לא רק אותנו אלא את כל המערכת”.

● בטח ראית את הסדרה “המפקדת”. זה דומה למציאות?

“אני כל הזמן אומרת שאני מיה דגן (צוחקת). ברור שיש דמיון, אבל בסדרת דרמה טובה צריך קצת ג'וס, או ברור שזה קצת מוקצן. יש דברים שהיו מאוד קרובים למציאות, ויש דברים שהיו רחוקים שנות אור, למשל, חיילת שיושבת על גג הבניין כשרק מגבת לגופה ורוצה לקפוץ, והמ”מ יושבת לידה. זה בחיים לא יקרה במציאות, אין סיכוי. זה אפילו מצחיק מרוב שזה מופרך”.

המפקד יכול לנתק את הטלפון

החשש המרכזי של הורים, אומרת מירם, הוא השיבוץ לתפקיד. “לפעמים ההורים חוששים יותר מהילדים עצמם. השיבוץ לא חשוב, האטרף הזה מיותר, ואנחנו רואים את זה מאלפי סיפורים על חיילים שנלחמו כדי להגיע לשיבוץ מסוים ואחר כך אמרו ‘אני לא רוצה להיות פה’, ולחלופין חיילים שהלכו לשיבוץ שהם לא רצו בו ופרחו. אני מלווה בני נוער שממלאים שאלון העדפות ואומרת להם, ‘תנו הזדמנות, כי יכול להיות שמתחת לשם של התפקיד מסתתר עולם ומלואו עבורכם’. אני שומעת הורים שאומרים ‘הבן שלי, רק 8200’, וזה נורא מצחיק אותי, כי ההורים באו מעולם של קביעות וקריירה של 50 שנה באתו מקום והילדים כבר חיים בעולם אחר. הם לא מחפשים קביעות, אלא עניין, משמעות ויכולת ביטוי, וזה לא אומר שאם הם ילכו ל־8200 הם ירצו לעסוק בזה כל חייהם”.

● אני לא זוכרת את ההורים שלי חרדים כל כך כשהתגייסתי לצה"ל. מה השתנה?

“אנחנו לא מגדלים אותם כמו שגידלו אותנו, ולנו קשה יותר לשחרר, למרות שגלגל ההצלה שלנו כבר לא רלוונטי יותר. אני קוראת לזה ‘תסכול

33 31.10.2022

31.10.2022 32