

## נופל וקם | ערב כשלונות (שעה וחצי)

### מטרות

1. נירמול תחושת כישלון- יצירת מוסכמה שכישלון זה חלק בלתי נפרד מהחיים
2. יצירת סביבה בטוחה עבור החניכים לומר ולחשוב על הכשלונות שלהם
3. חיבור קבוצתי/בית נוערי ושיחה אינטימית

### רציונל

1. יישור קו על המושג כישלון (הבנה שלא כל טעות או הפסד הוא בהכרח כישלון)
2. העמקת השיח על כישלון דרך נושא ספציפי (כמו למשל - איך לומדים מכישלונות ולא חוזרים על אותם טעויות)
3. לכל משתתף יהיה סיפור אישי על כישלון שיוכל לשתף בחלק השני של הערב

**\*\* יש פעולה בנושא [כשלונות](#) בנושא שנתי "תכנון קדימה". כדאי לעשות ערב בית נוערי משותף מושקע, אם החניכים כבר עברו את הפעולה בשנה שעברה עדיין אפשר לעבור פעילות העמקה גם בשנה זו. לפניכם פעולת העמקה.**

### מהלך

1. **מה נשמע? (5-10 דק')** - סבב "מתי הייתה הפעם האחרונה שנכשלת?" לא לספר על מה זה היה, רק מתי.

2. **מספרים לחניכים מה הולך להיות היום (3 דק')**-

היום נעשה ערב מיוחד בו נחגוג את הכשלונות שלנו! זה ערב שכולו מוקדש להעצים את מה שתמיד אנחנו מנסים להצניע. לקראת סוף הערב יהיה לנו "במה פתוחה" בה כל מי שרוצה יוכל לעלות לבמה ולספר את סיפור הכישלון שלו. ההופעה אינה חובה אבל היא מאוד מומלצת. אין ממה לחשוש! זה ערב שנשאר בינינו. ערב אינטימי ופשוט. במהלך הערב יהיה לכם זמן לכתוב את סיפור הכישלון שלכם, הכתיבה לא מחייבת לעלות לבמה, היא רק בשביל שלכולכם יהיה איזשהו סיפור כישלון אישי בראש.

3. **יישור קו - מהו כישלון? (10 דק')**

על הרצפה כמה תמונות הממחישות תחושת כישלון (**נספח א'**) -  
שאלה מנחה לדיון- "מי יכול.ה להסביר מה זה כישלון דרך איזושהי תמונה שנמצאת על הרצפה?" לאחר שכמה חניכים ענו, מקריאים את ההגדרה (**נספח ב'**)  
"כישלון הוא מצב שבו לא מומשה מטרה מסוימת, רצויה או מכוונת, שנקבעה לאדם או שהאדם קבע לעצמו. לעתים אנשים רואים בכישלון מצב מנוגד להצלחה. אך כשלוך למעשה, הוא לא ההפך מהצלחה- הוא חלק ממנה. כישלון הוא מצב סובייקטיבי, מה שאני ייחשב לכישלון לא אומר שמישהו אחר יחשיב לכישלון, ואפילו יכול להיות הצלחה בשביל האדם האחר. דוגמא- כישלון של מישהו יכול להיות שקיבל 60 במבחן, ובשביל אדם אחר זה הצלחה כי זה ציון עובר.  
דגשים- כישלון זה דבר סובייקטיבי. אני לא מרגיש תחושת כישלון אם לא באמת קיוויתי להצליח, חשוב באמת לרצות. לא כל טעות או דחייה היא כישלון.  
שאלה לדיון- למה אנחנו בכלל עושים את הערב הזה?

4. **בסוף מתרגלים להכל (10-15 דק')** מחלקים את השיר לכולם, אפשר גם לנגן אותו ברקע.

**בסוף מתרגלים להכל**

דודו טסה	ואני לא רואה איך אני יוצא מזה
מילים: דודו טסה וטלי כץ	איך אני הופך את זה לאהבה
לחן: דודו טסה	
עדיף כישלון מפואר מחלומות במגירה	עדיף הטירוף, השיגעון, רק לא הפחד,
דירת חדר בפינה של הפינה	הוא גומר אותי
אני לא יכול להיפגע	כוסות ריקות, דמעות זולות
נשבר לי הזין לאסוף נשים פצועות	מלך, בלויצר חיים
בסוף הלילה	חזרתי מציד, כתמי הדם נעלמים עם
	בוא השמש
עדיף הטירוף, השיגעון, רק לא הפחד	ואני לא רואה...
הוא גומר אותי	
דירת חדר בפינה של הפינה	נורא, כמה זה נורא
אני לא יכול להירגע	בסוף מתרגלים להכל
נשאר קצת אוויר לסיבוב אחרון	

שאלות לדיון על השיר

- מה הכוונה של המשפט "בסוף מתרגלים להכל?"
  - האם ההרגל זה דבר שלילי או חיובי? למה התכוון כשאמר בסוף מתרגלים להכל? ( דירת חדר בפינה של הפינה, עדיף טירוף ושיגעון רק לא פחד)
  - מה הכוונה כישלון מפואר? איך אפשר להגיע לכישלון מפואר? זו רמה גבוהה של כישלון
  - מה הכוונה חלומות במגירה?
  - למה דודו מציב מתח בין כישלון לחלום שלא מתממש? קצה אחד כישלון מפואר, קצה שני חלום במגירה (שני הצדדים הם הפסד אבל דודו אומר שכישלון זה עדיף)
- שאלות אישיות (שאלות קשות, לתת לשאלה לחלחל)-
- האם אי פעם יצא לכם להימנע ממהשהו כדי שלא יהיה כישלון גדול? (הכוונה בהימנעות היא ברמה גבוהה יותר - ברמה של הרגל. האם הרגלתם את עצמכם לא להעיז לעשות משהו כי אתם מפחדים להיכשל?)
  - האם זה נחשב לשאיפה לבינוניות רק בשביל לא להיכשל? (דוגמא- אני רוצה לעבור טסט ראשון אבל תכלס אני די חסרת ביטחון ולא טובה במבחנים אז אני ישר שואפת לטסט שני. מה שנקרא- מנמיכה ציפיות// רוצה להתקבל לקורס קצינים אבל אומר שאני לא רוצה כי אני מפחד שלא אעבור את המיונים)
  - למה חשוב להעיז? לקחת סיכון?/ למה חשוב לנרמל תחושת כישלון?
- סיכום מדריכים- כשאנחנו לא מעיזים ולא לוקחים סיכונים אנחנו גם לא נגשים חלומות. עדיף כישלון מפואר מאשר לחשוב כל הזמן "מה היה אם הייתי עושה כך וכך"...

\*\*\*אם הקבוצה מתחברת לדיון, אפשר להעמיק בה דרך שיח על הבניות חברתיות:

הדחקה והבנייה חברתית- למה אסור להיכשל?

- למה אנחנו נמנעים ומדחיקים כישלונות?

- איך הבניות חברתיות משפיעות עלינו?

סיכום מדריכיות- החברה מצפה מאיתנו להצלחות ולא לכישלונות, ולכן אנחנו תמיד שואפים לזכור את הטוב ומדחיקים את הרע. כחברה אנחנו מדברים רק על ההצלחות שלנו. אם לרגע נחשוב לעומק, היה פעם מרצה בבית ספר או מסגרות לימודיות שסיפר על הכישלון שלו? לכן כשאנחנו נכשלים, ההתמודדות מול הכישלון מאוד קשה לנו.

## 6. כתיבה יוצרת (15 דק')- סיפור כשלונות

בזמן הזה החניכיות מתבקשים לכתוב על סיפור הכישלון שלהם. מספרים לחניכיות שלפני כמה שנים התחיל בעולם משהו מאוד יפה בשם "Fuckup nights"- בערב הזה מזמינים אנשים מוכרים שמאוד מצליחים בחיים והם באים דווקא לספר את סיפור הכישלון שלהם. זה ערב מאוד ידוע והוא כמעט תמיד בחינם (מוזמנים ללכת לערב כזה). מי שרוצה להתעניין יותר מוזמנת-

[/https://www.facebook.com/FUNTelAviv](https://www.facebook.com/FUNTelAviv)

<https://www.mako.co.il/culture-books-and-theatre/articles/Article-afbdc375c9ac951006.htm>

מה היה, מה הכי זכור לי, מה למדתי מהכישלון. אם חניכיות מתקשים, אפשר לתת תרגיל כתיבה ללא הפסקה. במשך חמש דקות הם חייבים לכתוב ולא להפסיק. כשהם יוצאים מריכוז ולא מצליחים לכתוב, עליהם לכתוב "אין לי מה לכתוב, אין לי מה לכתוב, אין לי מה לכתוב... וכו'" עד שעולה להם משהו.

נושאים שסביבם אפשר לכתוב: הפחד להעז, נופל וקם, הבנייה חברתית, הפחד מהצלחה וכו'. לחשוב על כישלון שחוויתם, זה יכול להיות בכל תחום שתרצו, עבודה, לימודים, תחביב, משפחה ולאמיצים בנינו אהבה וזוגיות. לחשוב מה הרגשנו בזמן הכשלון, למה הרגשנו ככה ולמי שמתקדם יכול להמשיך ולכתוב איך הוא מרגיש היום ביחס לאותו כישלון ואפילו מה הוא למד/ה ממנו?

## 7. הפסקה (10 דק')

## 8. ערב במה פתוחה (30 דק')

חשוב לדאוג לסטינג נעים ואינטימי, לשים מוזיקת נושא, לייצר במה נעימה ומגניבה וכו'. בהתחלה מי שיעלה להופיע ולספר את סיפור הכישלון שלו יכולה להיות מדריכה/מנהלת, מתנדבת. לאחר 2-3 הופעות של הצוות, אפשר להזמין חניכיות אמיציות. חשוב לשתול מראש 2 חניכיות שיכתבו לפני הערב על סיפור הכישלון שלהם. מומלץ להוסיף גם קטעים אמנותיים לערב הזה כמו סרטון בנושא, פואטרי סלאם, לנגן שיר וכו'.

## 9. פינה אישית (בנושא כישלון) או סיכום (10-5 דק'):

- איך היה לכם היום? האם עלו תובנות בנושא?
- כדאי לקשר את הערב לפרויקט הקבוצתי- איך נושא הכישלון קשור בפרויקט הקבוצתי שלכם? יש סיכוי שאתם מפחדים להיכשל כקבוצה או כיחידים מול הקבוצה? זה עבר לכם בראש פעם? אתם מאמינים שהפרויקט שלכם יכול להצליח?

סיכום מדריכים - למה אנחנו עושים את הערב הזה בכלל? (המטרה לנרמל את המושג כישלון...)  
למה קשה לנו להודות בכישלון או למה אנחנו מפחדים ממנו? הרבה מאיך שאנחנו תופסים את עצמו מושפע מאיך החברה תופסת אותנו - וזה יוצר בעייתיות גדולה בעיני, החברה אוהבת אנשים מצליחים, יותר נעים לחבק הצלחות מכישלונות (האומנם?) כולנו נכשלים כל הזמן, מעטים האנשים שחוו רק הצלחות, האנשים המשפיעים ביותר נכשלו פעמים רבות ובכל זאת הרבה פחות מדובר ולנו עדיין לא נעים להיות במקום הנכשל. מתחברים לקונפליקט הזה? זה פגש אתכם בחיים? אנו מזמינים אתכם לא לפחד מהכישלונות שלכם ולהבין שזה חלק בלתי נפרד מההצלחה.

<b>בסוף מתרגלים להכל</b>	<b>בסוף מתרגלים להכל</b>	<b>בסוף מתרגלים להכל</b>
דודו טסה מילים: דודו טסה וטלי כץ לחן: דודו טסה	דודו טסה מילים: דודו טסה וטלי כץ לחן: דודו טסה	דודו טסה מילים: דודו טסה וטלי כץ לחן: דודו טסה
עדיף כישלון מפואר מחלומות במגירה דירת חדר בפינה של הפינה אני לא יכול להיפגע נשבר לי הזין לאסוף נשים פצועות בסוף הלילה	עדיף כישלון מפואר מחלומות במגירה דירת חדר בפינה של הפינה אני לא יכול להיפגע נשבר לי הזין לאסוף נשים פצועות בסוף הלילה	עדיף כישלון מפואר מחלומות במגירה דירת חדר בפינה של הפינה אני לא יכול להיפגע נשבר לי הזין לאסוף נשים פצועות בסוף הלילה
עדיף הטירוף, השיגעון, רק לא הפחד הוא גומר אותי דירת חדר בפינה של הפינה אני לא יכול להירגע נשאר קצת אוויר לסיבוב אחרון	עדיף הטירוף, השיגעון, רק לא הפחד הוא גומר אותי דירת חדר בפינה של הפינה אני לא יכול להירגע נשאר קצת אוויר לסיבוב אחרון	עדיף הטירוף, השיגעון, רק לא הפחד הוא גומר אותי דירת חדר בפינה של הפינה אני לא יכול להירגע נשאר קצת אוויר לסיבוב אחרון
ואני לא רואה איך אני יוצא מזה איך אני הופך את זה לאהבה	ואני לא רואה איך אני יוצא מזה איך אני הופך את זה לאהבה	ואני לא רואה איך אני יוצא מזה איך אני הופך את זה לאהבה
עדיף הטירוף, השיגעון, רק לא הפחד, הוא גומר אותי כוסות ריקות, דמעות זולות מלך, בלייצר חיים חזרתי מציד, כתמי הדם נעלמים עם בוא השמש	עדיף הטירוף, השיגעון, רק לא הפחד, הוא גומר אותי כוסות ריקות, דמעות זולות מלך, בלייצר חיים חזרתי מציד, כתמי הדם נעלמים עם בוא השמש	עדיף הטירוף, השיגעון, רק לא הפחד, הוא גומר אותי כוסות ריקות, דמעות זולות מלך, בלייצר חיים חזרתי מציד, כתמי הדם נעלמים עם בוא השמש
ואני לא רואה...	ואני לא רואה...	ואני לא רואה...
נורא, כמה זה נורא בסוף מתרגלים להכל	נורא, כמה זה נורא בסוף מתרגלים להכל	נורא, כמה זה נורא בסוף מתרגלים להכל









