

# ההשפעות החיוביות של התנדבות בני נוער

## חן זמבל, יא 3, תש"ע

תלמידי כיתה י' מתבקשים מדי שנה להתנדב לפעילות במסגרת חברתית כחלק מפעילות שנקראת 'מחויבות אישית'. התכנית הזו מיועדת ליצירת מעורבות בפעילות קהילתית של בני נוער במסגרות שונות.

אני סבורה, שלהתנדבות לפעילות חברתית בכלל ולתכנית המחויבות האישית בבית הספר בפרט, יש השפעה חיובית על בני הנוער.

תקופת ההתבגרות היא תקופה שבה הזהות והאישיות מתגבשות, ולדעתי, ההתנדבות עוזרת לבנייתן. כאשר התלמיד מעורב במסגרת חברתית, אם בעזרה לקשישים אם בהדרכת ילדים צעירים, הוא מרגיש מועיל, כלומר הוא הופך לדמות שאנשים תלויים בה, מעריצים אותה וזקוקים לה, וכתוצאה מכך הוא חש רצון לעזור ולתרום כמה שיותר, וביטחונו העצמי וההרגשה שהוא מועיל עולים.

יהיו שיטענו שגיבוש הזהות של בני הנוער "מתרחש" כל ימי חייו – כלומר מכל אירוע, מצב, שיחה וסיטואציה בני הנוער מפיקים דבר כלשהו שעוזר להם לגבש את הזהות ואת האישיות שלהם, וההתנדבות אינה דבר הכרחי לשם גיבוש הזהות והאישיות. עם זאת, במאמר "התנדבות מתבגרים – המשאב הלא מנוצל" מאת עמית פנסו ורמי סטויצקי נאמר, שידוע שתקופת ההתבגרות היא תקופה קריטית לגיבוש זהות, ובזכות ההתנדבות בני הנוער לומדים לבצע דברים בכוחות עצמם ולפתור בעיות, והם רוכשים ידע חדש ומיומנויות חדשות. בנוסף, במסגרת ההתנדבות בני הנוער לומדים את מידת הכוח שיש ליחיד להביא לשינוי חברתי, הם ממלאים תפקידים שונים מאלה שמזדמנים להם בדרך-כלל, והפעילויות האלה תורמות לגיבוש של זהות עצמית חיובית יותר.

אני מסכימה עם דברי המאמר: במשך התנדבותי במד"א למדתי לפעול במצבי לחץ וכן הבנתי את הערך של העזרה לאנשים, דבר שלא היה קורה ללא 'המחויבות האישית'.

תוכנית המחויבות האישית מעניקה למשתתפים בה את הלמידה ההתנסותית של ערך הנתינה לאחרים. במאמר "סקירה על השפעות התכנית החינוכית 'מחויבות אישית – שירות לזולת' כל בני הנוער המשתתפים בה" נאמר: "ממחקר שבדק השפעת תכניות דומות על תלמידים בארה"ב (furco 2002) עולה, כי התכניות מגבירות בין היתר את תחושת המסוגלות העצמית של תלמידים, מסייעות להם להכיר את כישוריהם, חושפות אותם לתחומי התעניינות חדשים ומלמדות אותם לשתף פעולה בפעילויות שונות...". במהלך התנדבותי במד"א נתקלתי במקרים ובאנשים שביומיום לא היה יוצא לי להיתקל בהם או לעזור להם ולטפל בהם. מקרים אלה הגבירו אצלי את הביטחון בכך שיש לי מה לתרום, ואת ההבנה שכל עזרה שלי תתקבל בברכה. כמו כן, במשך שנתיים צברתי ניסיון רב במד"א, יצאתי לקורסים והדרכתני – פעילויות שלפני ההתנדבות לא ידעתי שאני מסוגלת לעשותן.

יש המתנגדים לטענה זו ואומרים שהתכנית של המחויבות האישית לא תורמת לבני הנוער משום שהם משתתפים בתכניות של המחויבות האישית רק משום שביית הספר "מכריח" אותם, אך אני משוכנעת שהתלמידים מפנימים ערכים ו"לוקחים" משהו מההתנדבות עצמה, גם אם בית הספר מכריח אותם להשתתף בתכנית. במאמר שהוזכר לעיל נאמר: "התלמידים אמנם לא מתנדבים לכך אלא ממלאים חובה המוכתבת מטעם בית הספר, אבל במהלך התכנית חלה אצל רובם הפנמה של ערכים התנדבותיים, והמחויבות הופכת מחובה למחויבות אישית אמיתית". לעמדה זו אני יכולה להוסיף דוגמה מניסיוני: עכשיו אני מתפקדת במד"א בתור חונכת, ובמסגרת התפקיד הזה אני עוזרת לחניכי שנה א' (אלה שעברו את הקורס והתקבלו למד"א) להבין איך מתפקדים, מה צריך לעשות באמבולנס ואיך ניגשים לפצוע. יש לי חניך שלא רצה להתנדב ולא רצה לעלות על אמבולנס, והוא בא להתנדב במד"א רק מפני שהכריחו אותו מביה"ס, אבל כשהוא עלה לאמבולנס בעל כורחו וראה עד כמה האנשים אסירי תודה על העזרה ועד כמה הוא נחוץ ומועיל, דעותיו בנושא השתנו.

השאיפה להגשמה עצמית באה לידי ביטוי בהתנדבות. בנפשו של האדם מוטבע הרצון לעזור לזולת ולתרום. כמו כן, המתבגר מחפש עניין, צורך בהערכה ועוד, וההתנדבות מספקת צרכים אלה. לדוגמה, אני מתנדבת במד"א במשך שנתיים, ובמהלך השנתיים האלה הרצון שלי להערכה, הצורך לעזור לזולת, השאיפה להרחבת אופקים - כל אלה מסופקים. אני הולכת מדי שבוע למשמרת ואני מוקפת

בחברה טובה. יצאתי לקורסים ולסמינרים והרחבתי באופן משמעותי את הידע שלי בנושאי רפואה בכלל ובמד"א בפרט.

יש הסבורים שכל 'הסיפוקים' האלה הם תירוץ לא ללמוד ולבלות עם חברים כמה שאפשר, ואילו אני סבורה שדווקא בזכות ההתנדבות והתרומה לקהילה התנהגות חריגה מצטמצמת, יש שיפור בלמידה וניכרת היכולת להתמודדות במצבים שונים. במאמר "התנדבות מתבגרים – המשאב הלא מנוצל" נאמר, שמחקר על קבוצת מתבגרים משכונת מצוקה, שפעלו בהתנדבות לקהילה, מצא שחל שיפור ביכולות הלמידה שלהם, וכן שהם פיתחו מיומנות לפתרון בעיות והפגינו יכולת התמודדות במצבים שונים. כמו כן, במחקרים שנערכו בקרב בני נוער נמצא, כי אצל מתבגרים שמשתתפים בפעילות התנדבות השימוש בסמים נפוץ פחות, וכן שיעור הנשירה ממסגרות לימודיות פחת.

אם כן, התנדבות של בני נוער בכלל ותכנית 'המחויבות האישית' בפרט תורמות לבניית האישיות, לגילוי העצמי ולתחושת הסיפוק של המתנדבים לצד התרומה שלהם לקהילה, ולכן המדינה וכן בתי הספר צריכים להשקיע כמה שיותר כדי להוציא לפועל ולקיים בעקביות את תכנית 'המחויבות האישית'.