

היכון... הכן... פליי!



מחשבות על כוחות, בחירות ופעולות ברגעים שהכל נראה אבוד



בעקבות אירועי טיסת פליי דובאי

רצף האירועים

06:05 המטוס ממריא מדובאי ועליו 174 נוסעים

08:21 מתחילות תגודות חריגות בגובה

08:22 המטוס מאבד יותר מ-14 אלף רגל בתוך פחות מ-30 שניות

08:31 המטוס משדר אות חירום כללי

- נוסעי המטוס מבחינים במתרחש ונכנסים פנימה
- תוך מאבק משתלטים על המחבל ומעניקים סיוע ראשוני לטייס
- הנוסעים מצליחים להשתלט חזרה על ההגאים ולמנוע התרסקות
- צוות טייסים נוסף שנוכח מצליח להנחית את המטוס

08:38 המטוס משדר קוד שמשמש לדיווח על חטיפה, מטוסי חיל האוויר מוזנקים

09:20 ראש הממשלה ושר הביטחון מתכנסים להתייעצות ביטחונית דחופה

09:30 מתקבל דיווח: המטוס בדרך לנחיתה בסעודיה, בליווי מטוסי קרב

09:45 המטוס נוחת בגמל התעופה טבוק שבעסודיה

10:00 היערכות בישראל להחזרת הנוסעים ותחילת תחקורים



"משכתי את ההגאים ועצרתי את הצלילה.

אני רואה 'תעופה בחקירה'..."

"בזכות הילדים שלי אני חושב שהתנהגתי כמו שהתנהגתי..."

בתגובה לדברי טראמפ:

"אני שרברב משודרג. הוא לא טעה, אני לא עובד בנאס"א ולא

מתעסק בחלל. אני מתעסק בצנרת מסריחה והוא צדק. זה לא

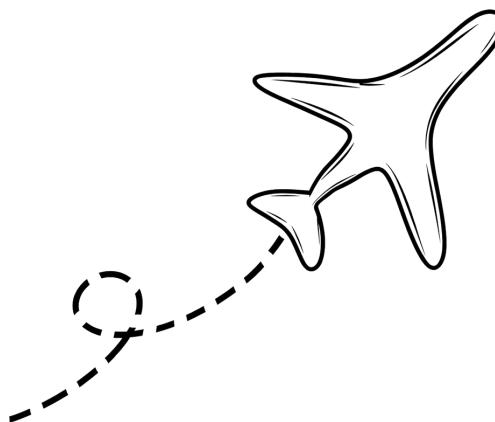
העליב אותי..."



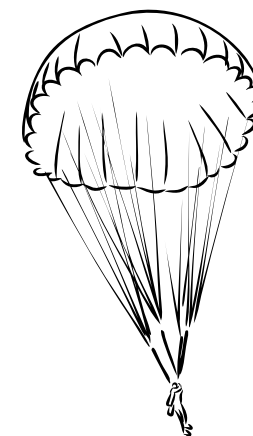
יניב חיון



מה אפשר ללמוד על נקודת
 המבט של יניב על עצמו?
 האם ניתן לאמץ נקודת מבט
 דומה על עצמינו?



מה נתן ליניב כוח?
 מה יכול לתת לך?



מה עזר ליניב לדעת מה
 לעשות? איזה דברים בחיים
 שלנו יכולים לתת לנו כלים?



במה נעזר צביקה?
 מה בסביבה שלנו יכול לעזור
 ולשרת אותנו בדרך?

"הבת הקטנה שלי הייתה בשירותים,
 ואשתי שמעה צעקות מתא הטייס...
 ואז ראינו את הדקירות וזרקו אותו החוצה.
 קפצנו עליו שלושה עם כל העוצמה,
 וקשרנו אותו עם האוזניות של המולטימדיה,
 וככה ניטרלנו אותו".

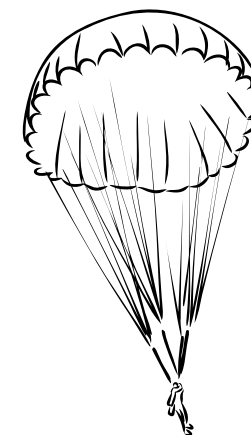


צביקה חנס



טלי חנס

שמעתי דפיקות, בעיקר על הדלת. זה היה
 נשמע לי חוזר, ואז שמעתי ממש צעקה של
 גבר. ישב טייס ממש צמוד לתא השירותים
 ואמרתי לו: 'קורה משהו' והוא הרים את
 העיניים, הוא היה כזה באדישות. משכתי
 אותו ביד ואמרתי לו: 'משהו קורה שם'.



האם כולנו היינו מגיבים ככה
 למשמע צעקות?
 מה הנטייה הטבעית שלנו?

"זו פעולה של הרבה מאוד אנשים ביחד.

זה ממש לא רק אני.

אני לא לוקח שום קרדיט על מה שלא רק אני עשיתי.

אנשים חזקים וטובים, ובשיתוף פעולה של כולנו, הצלחנו לנחות בשלום".

ומאוחר יותר הוסיף:

"לכל נוסע בטיסה היה תפקיד מדויק.

היו שדאגו לתקשורת מול המערך הביטחוני בישראל.

נוסע שסיפק נקודה חמה בנייד והעביר אותה לאחרים.

נוסעת שקראה תהילים.

נוסע שדאג לחוטי אוזניות לצורך קשירת המחבל.

נוסעים שעדכנו את מיקומנו לפי מפת ה-GPS.

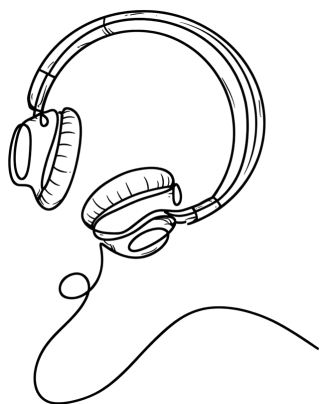
נוסעת אוסטרלית שהייתה היחידה

שהצליחה להוציא שיחות לארץ ממרחב אווירי עוין.

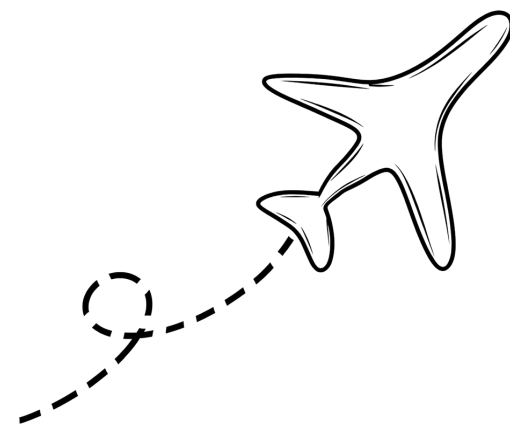
והדוגמאות עוד ארוכות..."



אסף רג'ואן



מי נוכח בחיים שלנו ויכול
לעזור לנו מעוד זוויות?



מה מראה לנו הציטוט על
עמדת הנפש של אסף?
מה ניתן ללמוד מההסתכלות
הזאת על האנשים סביבנו?

"כששמעתי צעקות, אחרי עשר שניות רצתי - לא חיכיתי..."

הייתי הרופא היחיד במטוס, ובסופו של דבר הצלחתי לעצור את הדימום
 ולייצב את לחץ הדם שלו"

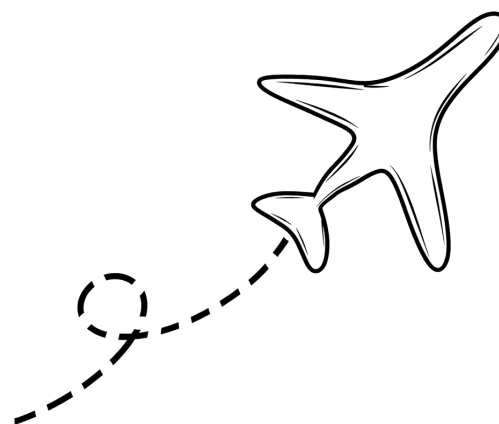


ד"ר שותא מוסייב

"אני בא ממשפחה של רופאים, אבא ז"ל היה קרדיולוג ואמא ז"ל
 ביולוגית, ככה שידעתי מה לעשות כשהייתי מול הטייס הפצוע"



ד"ר שותא מייחס להוריו את
 הפעולות שעשה -
 מה זה מראה על הקשר שלו עמם?
 - איך גם אנחנו יכולים לקבל
 מההורים סיוע (מעשי או מנטלי?)



מה יכול להוביל לפעולה מהירה?
 ליכולת לא לחכות ש"מישהו אחר יטפל"
 אלא לקחת אחריות ולפעול?

ומה בפועל?

בפעם הבאה שנתקל באתגר - נשאל את עצמינו:

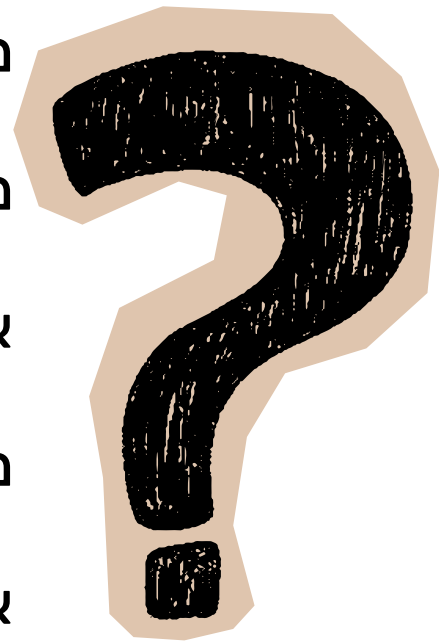
מה באמת קרה, ומתוך זה מה הפך למסקנה שלי על עצמי?

מתי בעבר הייתי בטוח שלא אצליח ובכל זאת הפתעתי את עצמי?

איזה חלק מהמצב עדיין נמצא בידיים שלי?

מי האנשים שיכולים להיכנס עכשיו לתמונה ולעזור לי?

אם לא צריך לפתור הכול היום - מה הצעד הקטן הבא שאפשר לעשות?



"ציון הוא נתון.
דחייה היא אירוע.
כישלון הוא רגע.
תקופה קשה היא תקופה.
אף אחד מהם

איננו

תעודת זהות."



כשהילד שלכם אומר "אין לי סיכוי", תספרו לו על המטוס הזה.
יש רגעים שבהם כל הנתונים מסתדרים נגדך.
לא בערך.
ממש נגדך.

זה קורה למתבגר שמקבל שוב ציון נמוך ומחליט שהוא "פשוט לא חכם".
לילדה שרואה תמונה של החברות שלה בלעדיה וכבר מסיקה שאף אחד לא רוצה אותה.
לנער שלא התקבל למה שכל כך רצה, ובתוך חמש דקות הופך אירוע אחד לתחזית של כל החיים:
"עזבו. אין לי סיכוי". ~
ובדיוק בשביל הרגעים האלה כדאי לספר להם על טיסת FZ1073 של פליי דובאי.

ב-30 בספטמבר המריאה הטיסה מדובאי לתל אביב ועל סיפונה 174 נוסעים. במהלך הטיסה התרחש עימות אלים בתא הטייס. לפי רויטרס, הקברניט נפצע, והמטוס נכנס לצלילה חריפה ואיבד כמעט 14 אלף רגל בתוך פחות מחצי דקה. הקברניט הפצוע הצליח לאפשר גישה לתא הטייס, ונוסעים ואנשי צוות התערבו והשתלטו על הטייס האחר. שני טייסים נוספים שהיו במקרה בין הנוסעים סייעו, והמטוס נחת לבסוף בשלום בטבוק שבסעודיה. המניע והפרטים המלאים עדיין נחקרים.

עכשיו דמיינו שאתם שם.
אתם חגורים במושב.
המטוס צולל.

אין לכם מושג מה מתחולל מקדימה.
ובאותו רגע אפשר לעשות את הדבר האנושי ביותר בעולם:
לקפוא.

אבל היו שם אנשים שעשו משהו אחר.
הם קמו.

מישהו התערב. מישהו סייע. אנשי צוות פעלו. אנשים עם הידע המתאים נכנסו לתמונה בדיוק ברגע שבו היה בהם צורך.

וזה החלק בסיפור שהייתי רוצה שהילדים שלנו ישמעו.
לא מפני שכל מצב קשה נגמר בנס.
לא מפני שהחיים מבטיחים לנו סוף טוב.

אלא מפני שגם כאשר התמונה נראית כמעט סגורה -
עדיין קיימת השאלה מה האדם יעשה בתוכה.

וזה, במובן מסוים, אחד הרעיונות היפים של הפסיכולוגיה החיובית.

לא "תחשוב חיובי והכול יסתדר".
זו סיסמה.

פסיכולוגיה חיובית רצינית שואלת שאלות אחרות:
אילו כוחות יש בי?
מי נמצא סביבי?

מה עדיין בשליטתי?

איזו אפשרות אני לא רואה כרגע?

ומה הצעד הבא שאני מסוגל לעשות?

מחקר ישראלי רחב בדק תוכנית המבוססת על פסיכולוגיה חיובית בקרב *2,517 תלמידי כיתות ז' עד ט"ו*,
ב-70 כיתות ובשישה בתי ספר. לאחר שנתיים נמצאו בקרב תלמידי התוכנית שיפורים ברגשות חיוביים,
ביחסים עם בני גילם, במעורבות הרגשית והקוגניטיבית בבית הספר וגם בציונים. החוקרים מדגישים שלא מדובר בקסם, אלא בעבודה שיטתית על כוחות, רגשות, יחסים ומשמעות.
ופה, בעיניי, אנחנו ההורים נכנסים לתמונה.

כשהמתבגר אומר: "אני כישלון", אולי לא צריך לענות לו מיד: "מה פתאום, אתה מדהים".

אפשר במקום זה לפתוח שיחה.

חמש שאלות שכדאי לשמור:

1. *מה באמת קרה, ומה מתוך זה כבר הפך למסקנה שלך על עצמך?*

2. *מתי בעבר היית בטוח שלא תצליח ובכל זאת הפתעת את עצמך?*

3. *איזה חלק מהמצב עדיין נמצא בידיים שלך?*

4. *מי האנשים שיכולים להיכנס עכשיו לתמונה ולעזור לך, כמו אותם אנשים שקמו במטוס?*

5. *אם אתה לא צריך לפתור הכול היום - מה הצעד הקטן הבא שאתה יכול לעשות?*

כי אולי אחד הדברים המסוכנים ביותר שמתבגר יכול לעשות הוא לקחת רגע אחד מחייו ולתת לו לכתוב את כל הסיפור.

ציון הוא נתון.

דחייה היא אירוע.

כישלון הוא רגע.

אפילו תקופה קשה היא תקופה.

אף אחד מהם איננו תעודת זהות.

ולפעמים התפקיד שלנו כהורים הוא פשוט להחזיק עבור הילד עוד אפשרות כשהוא עצמו כבר לא מסוגל לראות אותה.

לא להבטיח לו שהמטוס לעולם לא יצלול.

אלא ללמד אותו שגם כשהוא מרגיש שהכול יורד למטה - עדיין אפשר לחפש ידיד, אדם, כוח, החלטה או צעד אחד שיכולים להתחיל ליישר אותו בחזרה.

כי אמונה באדם אינה המחשבה שהכול יסתדר מעצמו.

היא הידיעה שגם כשהכול מסתבך, עדיין לא גילינו למה האדם שמוחנו מסוגל.