

# מצפן בגפ"ן



## המצפן בתהליך שינוי הוא כמו...



עוגן: תהליך שינוי אינו תובע מאתנו להחליף מצפן. תוואי השטח והנוף משתנים, הצפון נותר אותו צפון. המצפן מסייע לנו להתמקם ולקבל אוריינטציה מחדשת ביחס אליהם.



שמירת המבט ברכיבה על אופניים: אם נתרכז בדיווש (בפעולות היומיומיות) – אנו עלולים לאבד שיווי משקל וליפול. המצפן מסייע לנו להישיר מבט אל האופק ולשמור על שיווי משקל.

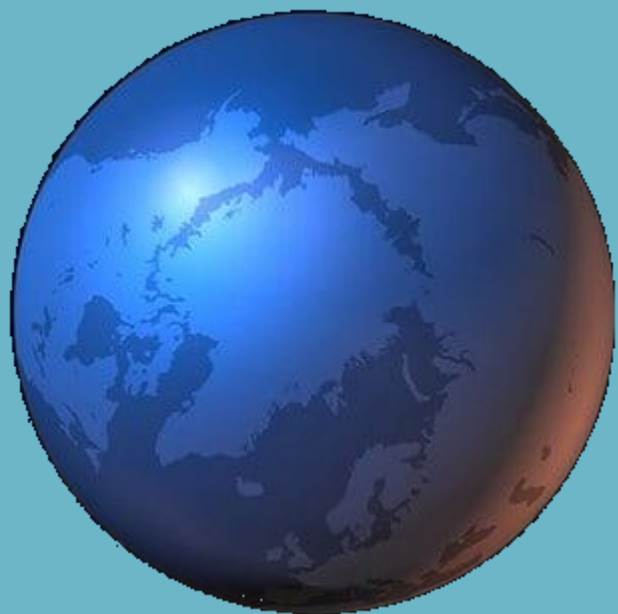


שרירי ליבה – centre חזק להרחבת הגמישות ככל ששרירי הליבה שלנו חזקים יותר, כך טווח התנועה שלנו יגדל



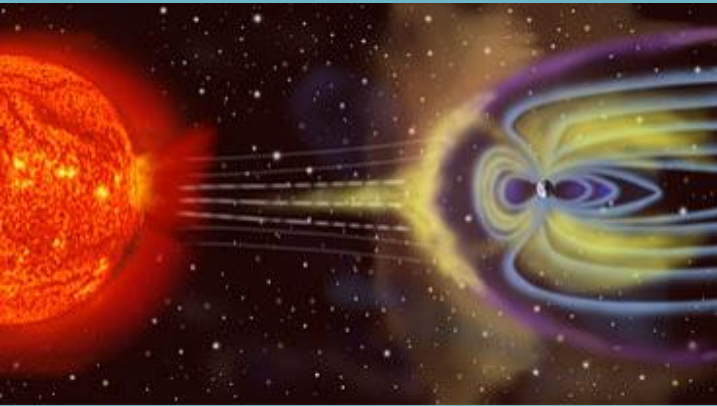
המצפן, בשונה מווייז, מסמן לנו כיוון תנועה ולא יעד מוחשי. אנחנו לא נקבל את ההודעה "הגעת ליעד!"





הקטבים המגנטיים של כדור הארץ אינם סטטיים – הם נעים ללא הפסק במקומם.  
כלומר: אין מדובר במיקום נוקשה, יש מידה של גמישות...

## על מצפן ומגנטיות



השפעת השדה המגנטי של כדור הארץ מורגשת עד מרחק גדול בחלל. השפעתו על חלקיקים המגיעים מרוח השמש מגדירה אזור הקרוי מגנטוספירה. זו מגנה על כדור הארץ מפני רוח השמש ומאפשרת את קיום החיים על כדור הארץ. כלומר: לשדה המגנטי תפקיד חיוני בסינון גורמים חיצוניים זרים.



בעלי חיים רבים, כגון עופות נודדים, נעזרים בשדה המגנטי לניווט דרכם בנדידה השנתית. אצלנו בני אדם הניווט נעשה באמצעות אביזר חיצוני – מצפן. כלומר: יש רמות שונות של מודעות וקרבה למצפן: יש ברי מזל שהמצפן שלהם הוא כמו חוש שישי פנימי. במקרים אחרים, נדרש אביזר חיצוני כדי להתכוונן ולנווט בעזרתו.



# בעקבות המצפן הפנימי





המצפן הפנימי מסייע לנו בהכוונה עצמית, עוזר לנו לזהות מה חשוב לנו ומה אנו מעריכים באמת, ומסייע לנו לבחור את דרכנו.

- כאשר אנו נאמנים לו ופועלים לאורו מתחזקות אצלנו -
- תחושה של **אותנטיות** והתאמה בין הערכים, ההחלטות והפעולות שלנו
- **תחושת חיות ומוטיבציה** להשקיע ולהתמיד לאורך זמן גם לנוכח קשיים ומהמורות בדרך
- תחושת רציפות ומשמעות שמהוות את התשתית **לחוסן ניהולי**
- היכולת **לעמוד בלחצים** ולדבוק בהחלטות ראויות





- המצפן הפנימי חייב להיות בהיר, מודע וזמין כל הזמן, כדי לבחון את הבחירות שלנו לאורו ולהמשיג לעצמנו מדוע אנו מקבלים החלטה זו או אחרת.
- המצפן הזה איננו 'עוד מפה' באטלס אלא עמוד השדרה שלו: הוא עומד במוקד שיקולי הדעת וההכרעות שלנו בכל אחת משכבות (מפות) האטלס ובכל קומות העשייה שלנו.



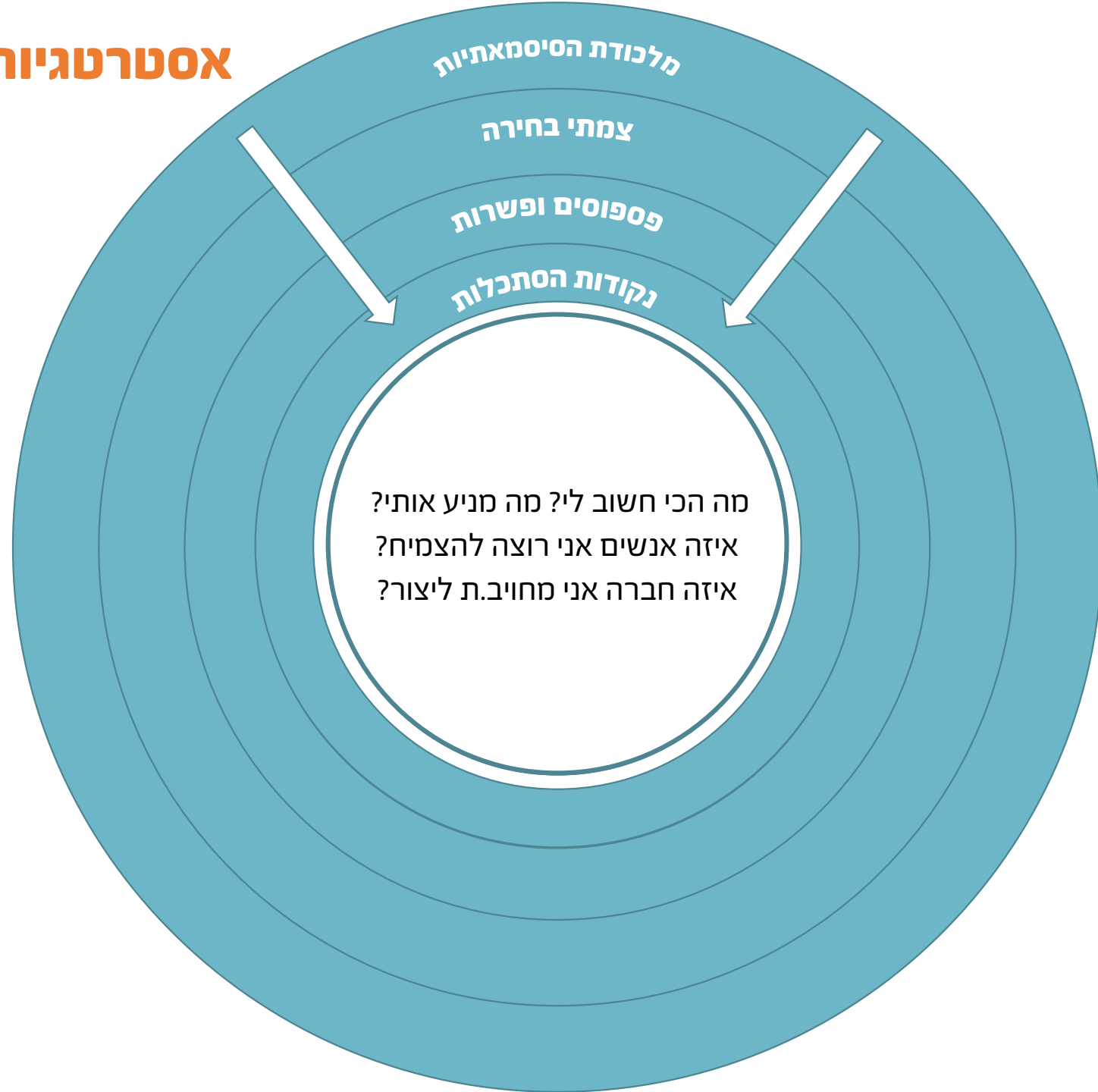
# אסטרטגיות התקרבות / קילוף שכבות

מ מלכודת הסימאיתיות

צ צמתי בחירה

פ פספוסים ופשרות

נ נקודות הסתכלות

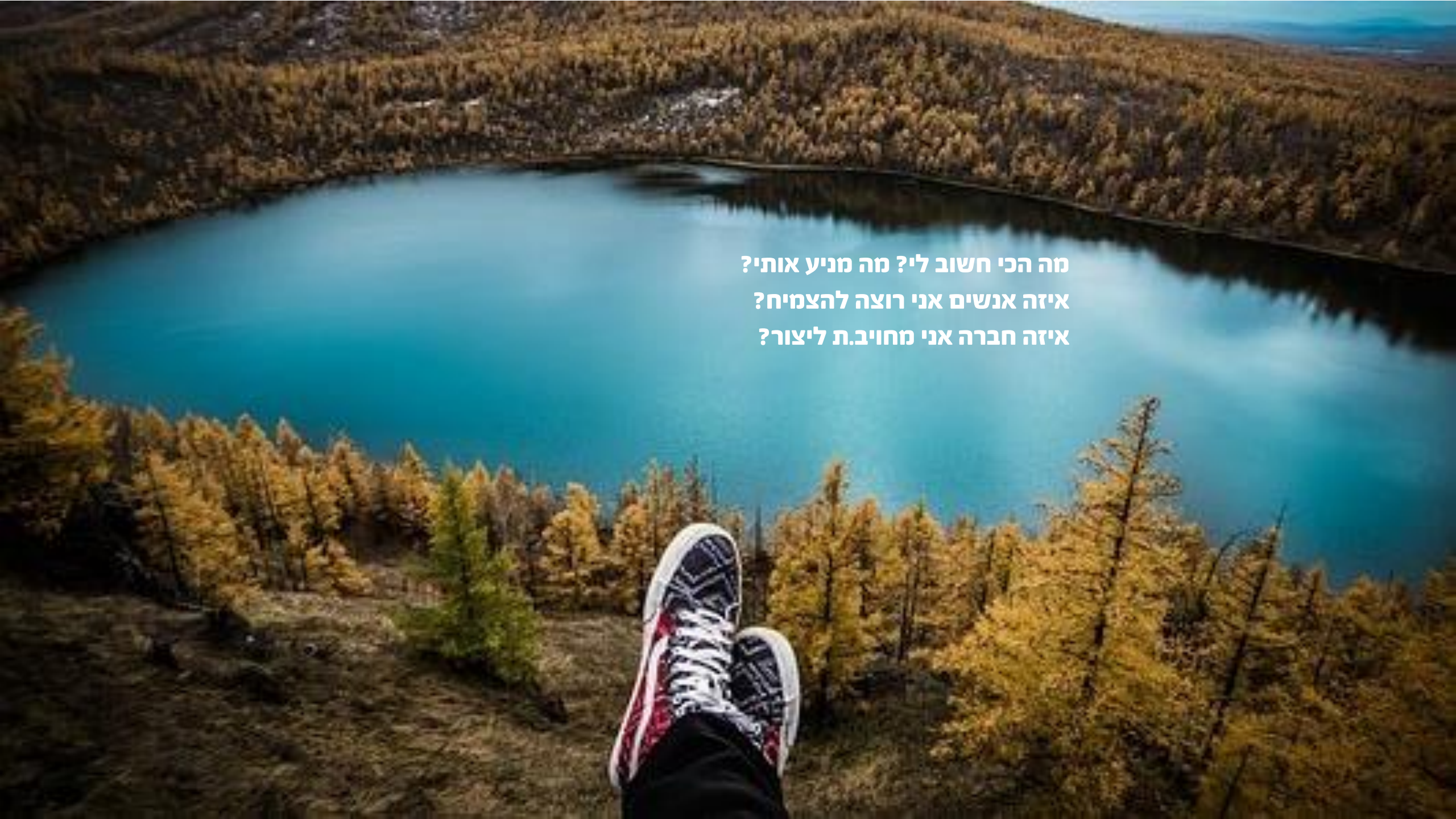




יוצאים לדרך: מתחילים לקלף שכבות...



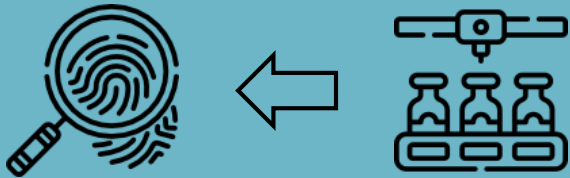




מה הכי חשוב לי? מה מניע אותי?  
איזה אנשים אני רוצה להצמיח?  
איזה חברה אני מחויבת ליצור?

## שכבה 1: מלכודת הסיסמאות

### מסיסמאות - לטביעת אצבע אישית



בשכבה זו אנו מוודאים שהמצפן מנוסח במילים האותנטיות שלנו

1. סמנו מילים במצפן שנשמעות כסיסמא. (מילים שכבר התרוקנו מתוכן, מילים שמרוב שימוש הפכו להיות לעוסות מדי וכבר מעוררות אצלנו עייפות/ציניות).
2. נסחו מחדש את התשובות לשאלות המצפן מבלי להשתמש במילי אלו – צרו את טביעת האצבע הייחודית לכם, את המילים והמוזיקה שלכם.



## שכבה 2: צמתי בחירה

### צמתי בחירה: דילמות



## בשכבה זו אנו בודקים אם המצפן שניסחנו אכן פוגש את הדילמות המרכזיות/הרווחות שלנו במסגרת התפקיד

1. חשבו על דילמה (דילמה מורכבת – שקשה באמת להכריע בתוכה).
1. בידקו האם המצפן שניסחתם פוגש אותה או יכול לסייע בדרך שבה ניגש להתמודד איתה. (אם המצפן לא פוגש את הדילמות הממשיות – אתרו מרכיבים חשובים שנותרו בחוץ ונרצה להוסיף אליו כעת)

## שכבה 3: פספוסים ופשרות

לאבד את הדרך...  
ולמצוא אותה מחדש

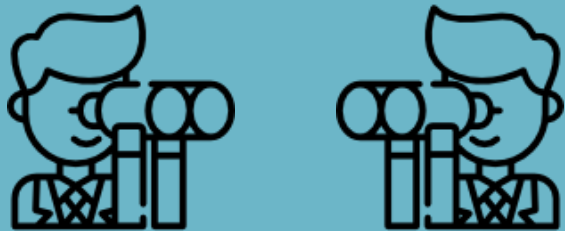


בשכבה זו נעזר דווקא ברגעים שבהם התרחקנו מהמצפן הפנימי –  
כדי לזקק עוד יותר את מה שעומד במרכזו

1. היזכרו בסיטואציה שהדירה שינה מעינכם, שגרמה לכם לאי נוחות – כאב בטן או בסיטואציה בה הרגשתם שבגדתם במשהו חשוב לכם, התאכזבתם מעצמכם.
2. מה לא נתן לי מנוח שם? מאיזה ערך ליבה שלי התרחקתי? מה פספסתי?
3. מתוך חווית ההתרחקות מהמצפן הפנימי והכאב הכרוך בה, נחזור לזקק: מה חשוב לי ולא ארצה להתרחק ממנו שוב? האם הוא מקבל ביטוי בהיר בתשובות שלי לשאלות המצפן?

## שכבה 4: נקודת הסתכלות אחרת

### נקודת הסתכלות אחרת



בשכבה זו אנו נעזרים במבט חיצוני, בנקודת הסתכלות אחרת, כדי לבדוק איך המצפן שלנו משתקף ובא לידי ביטוי לעיני אחרים

1. בחרו שני אירועים קונקרטיים שהתרחשו במסגרת העבודה, שבהם "הייתם קרובים אצל עצמכם" – כלומר האופן בו פעל ביטא להרגשתו באופן מיטבי את המצפן הפנימי. רגעי גאווה וסיפוק
2. בזוגות / שלשות : כל אחד.ת מהמשתתפים מתאר בפירוט באוזני האחרים את האירועים שבחר, תוך היצמדות למה שהתרחש וללא פרשנות בגוף הסרט. השניים האחרים, על סמך מה ששמעו, מתארים באוזניו מה הם לומדים אודות המצפן הפנימי שלו על סמך האירועים שבהם היה במיטבו.

# כיצד מסתנכרן המצפן הפנימי עם המצפן הארגוני?

