

אני וחברים - על עולמם החברתי של ילדים בכתות ד'-ה'-ו'

מאמר מאת חלי ברק,

פסיכולוגית חינוכית מומחית, פסיכותרפיסטית ומנחת קבוצות.
מחברת הספרים : בגובה העיניים- לדבר עם ילדים (1999, הוצאת אח)
'תקשיבו לי רגע! שאלות של הורים ותשובות של ילדים (2002, הוצאת אח)
'וכשהילדים יוצאים מהבית- יחסי הורים ילדים מגיל 18 ועד כמה שצריכים
(2006, הוצאת יסוד)

עולמם החברתי של ילדים מעסיק את הוריהם בכל גיל. חשוב להורים שלילד יהיו חברים, שהוא יהיה מרוצה ושישתלב היטב בחברת הילדים. כשילד יש קשיים חברתיים מכל סוג- הוא סובל וכך הורים. מנסים לעזור לו אך פעמים רבות לא בדרך הנכונה- נותנים עצות, לוחצים, מעבירים ביקורת, ונכנסים ללחץ. הילד לא משתפר, ולמעשה 'סוחב על גבו' את לחצי ההורים בנוסף לכאב הבעיה החברתית.

בבית ספר יסודי, בדרך כלל בחלק הבוגר שלו, בכתות ד',ה',ו', גוברים המתחים החברתיים. יש מקובלים יותר ופחות, יש את מלך ומלכת הכתה, יש מאבקי כוח, ולעיתים גם ילדים דחויים וחרמות. לילדים יש כבר דעה עצמאית משלהם, הם מתחברים עם ילדים שלא תמיד מוצאים חן בעיני ההורים, ולא תמיד יש על כך שליטה. וגם האינטרנט והטלויזיה מהווים גורם משפיע, ומודל חלופי לערכים שההורים היו רוצים להעביר לילדים בנושא החברים.

במאמר שלפניכם אתן מידע על הרקע ההתפתחותי של הגיל, טרום גיל ההתבגרות, וממנו ניתן יהיה ללמוד מה הציפיות הריאליות מילדים בגיל הזה. אסביר את טבען של הבעיות החברתיות, ואתן כיוון של התמודדות שיהיה יעיל, ויוכל לעזור לילדים ולהורים אם נוצרת בעיה חברתית

נפתח ברקע ההתפתחותי של הגיל- טרום גיל ההתבגרות

המסביר את משמעות הגיל מבחינה חברתית :

נתחיל בהסטוריה ההתפתחותית של היחסים החברתיים-

- מגיל שנה וחצי לערך ילדים מתעניינים בילדים אחרים. עד אז מרכז עולמם הרגשי היו המבוגרים. ילדים אחרים הפחידו 'שונים, לא צפויים'. בהתחלה משחקים 'על יד' הילדים האחרים
- בגיל 3-4 מתחילה התענינות ישירה בילדים אחרים
- בגן- משחקים ביחד, משחקי תפקידים, לומדים להתחלק, להתחרות, לומדים קללים, מתנסים במאבקי כוח, מריבות, קנאה, רכושנות, חברויות ראשונות
- בגיל בית ספר יסודי- תחרות, מקובלים, חשש שלא יאהבו אותך, הצקות, חרמות. מתרגלים יחסים חברתיים, כשכל הדחפים והיצרים 'חשופים' ומוגברים'- הרבה קנאה, תחרות, תוקפנות, דחיה. הכל 'בחוץ'.

*להעשרה מומלץ לקרא קטע בספר 'תקשיבו לי רגע' עמ' 351 בו מספר ילד להוריו בגוף ראשון יחיד על חשיבות חברים בסוף יסודי ותחילת התבגרות.

*בגיל ההתבגרות-

'הילדים בכתה ה'-ו' הם ב'טרום גיל ההתבגרות' כי עוד לא התחילו
'התפרצות הגדילה הפיזית והמינית' אך האיפיונים הם של גיל ההתבגרות
גם אם בחלקם בעוצמה מוחלשת.

*גיל של שינויים- הגוף משתנה, ולא ברור איך יתעצב סופית, הדימוי העצמי מונמך. דחפים מיניים, המחשבה משתנה מקונקרטית למופשטת- מבינים יותר דברים. יותר תנודות במצבי הרוח- כעסים, נפילות. שינוי בתפקיד החברתי- כבר לא ילדים ועדיין לא בוגרים. שינוי בתפקיד המשפחתי- כבר לא רק ילדים טובים, פותחים את הפה, יש להם ביקורת, דעה. גיל של בלבול. על רקע הסערה והשינויים לחברים משמעות מיוחדת-

- החברים הם המרכז המשמעותי של החיים- לפיהם נקבע הערך העצמי, הדימוי, תחושות השייכות, צורך להרגיש 'דומים, שונים כמו כולם'. אם אתה לא שייך אתה לא קיים. ההורים חשובים אך כרקע 'תמיד קיימים' על החברים צריך להאבק, אנרגיה נפשית רבה מושקעת בחברים.
- חברים נותנים מידע, מודל לחיקוי, מהם יודעים איך צריך להתנהג-מה, יחקו את הלבוש של אמא הזקנה או של החברה.
- תמיכה (צרת רבים חצי נחמה), הם מבינים, הם במצב דומה, הם 'בני הברית'
- לחץ חזק לקונפורמיות, להשתייך בכל מחיר גם אם מוותרים על הזהות האישית. ('להיות שונה כמו כולם')
- ראייה דיכוטומית של שחור/לבן ולכן מקובלים/ לא מקובלים לפי קריטריונים נוקשים. אכזריות בשיפוט- אין גמישות או מורכבות.
- מנהיגות כתירגול כוח והשפעה. רוצים להרגיש חשובים ומשפיעים
- במשימות גיל ההתבגרות- עצמאות ונפרדות, גיבוש זהות- חברים הם שותפים הכרחיים. באמצעותם מרגישים עצמאים מול ההורים. דרך ההתנסויות עם החברים מגבשים זהות- מזהים מה מתאים לי ומה לא.

מבחינת ההורים- גיל ההתבגרות מאוד מאיים- הילדים משתנים, מתרחקים, ההורים פחות יודעים, הסיכונים גוברים- סמים, אלכוהול, פשיעה, סיכון אובדני. החרדות מגבירות את מרכיב הפניקה, ומשבשים את שיקול הדעת. ואז נוצר מצב שהמתבגרים סוערים וגם ההורים. אז מי יהיה עם שיקול דעת?

כדי לחזק את שיקול הדעת חשוב להגדיר:

מהי מקובלות חברתית ואי מקובלות חברתית אצל ילדים
*ברמה האובייקטיבית- ילדים מנהיגים מול ילדים בשוליים, ילדים מקובלים מול דחויים עד הקצה של שעירים לעזאזל, וילדים שמחרימים אותם.

* ברמה הסוביקטיבית- ילדים שמרוצים ממצבם החברתי (כי מקובלים או כי יש הלימה בין צרכיהם החברתיים וציפיות ההורים מול המציאות) מול ילדים שבמצוקה חברתית- הם או ההורים רוצים יותר, חשים דחויים- גם אם במציאות המצב תקין). לא מקבלים מוגבלות שלהם. אילוצים

* המרכיב הסוביקטיבי חזק כי להורים מאוד קשה ומאיים כשלילדם יש בעיה חברתית, חוויה שאולי זה הכשלון שלהם. גם לילד הקושי החברתי נחוה 'כסוף העולם'. הכל צבוע בחרדה וסערה רגשית.

- הסיבות שילדים מסוימים מקובלים ואחרים לא-

* בעיות חברתיות נפוצות-

-בישנות וסגירות, קושי להתבטא בחברה- לתפוס מקום ילדים שנעלבים/ שלא מרוצים ממצבם/ שחשים מקופחים ודחויים - התנהגויות אנטי חברתיות- הצקות, השתלטות, השפלות, אלימות פיזית ומילולית, כוחנות, התנהגות עברנית - חוסר הסתגלות- להיות חנון, דחוי ומוחרם - התנהגויות 'מוזרות'- להוריד מכנסיים בציבור, לגעת בכוח בילדים אחרים

* גורמים הקשורים לילד –

-הילדים המקובלים הם אלו עם צורך חברתי גבוה- זקוקים לקשרים חברתיים, רוצים ומשקיעים.
- מתאימים ברמתם השכלית, בתחומי העניין שלהם לנורמת בני גילם- לא קיצוניים מעל או מתחת לרוב
- מאפייני טמפרמנט- המקובלים בדרך כלל הם מוחצנים, מילוליים, אקטיביים ויוזמים קשר. יש ילדים שהטמפרמנט החברתי שלהם גבוה ויש שנמוך. יש שביישנים, צריכים את השקט שלהם, מאוימים מהמורכבות הרגשית. למשל, ילדים רציונליים שצריכים להבין ולשלוט במצב- חברת ילדים מאיימת עליהם

* להעשרה מומלץ לקרא בספר 'תקשיבו לי רגע' בעמ' 354 על מאפייני הטמפרמנט של ילדים

- מיומנויות חברתיות-

* עמדות רגשיות נדרשות-

-יכולת לשאת תסכול ודחיה, אפשרות כשלון. דימוי עצמי סביר, רמת חרדה סבירה

- אמון בסיסי לעולם ורצון להתקרב לזולת
- גמישות רגשית ומחשבתית 'לשחק את המשחק החברתי'- מניפולציות, פוליטיקות. נוקשות מקשה.
- יכולת לווסת רגשות במצבי הצפה רגשיים- כעס, תיסכול, קנאה, תחרות, מאבקי כוח. התנהלות חברתית לא ממקום של זעם, איום כוחנות אלא של רצון לקשר.

-מודעות עצמית בתחום החברתי- יכולת לזהות מה אתה רוצה בחברות, מי החברים שמתאימים לך ומי לא.

- יכולת לחוש אמפטיה לזולת- לחוש את צרכי הזולת, את מצוקותיו. חשובה היציאה מהעמדה האגוצנטרית כדי להתחבר- להתפשר על צרכיך כדי למען החברים. להסתדר

* מיומנויות מעשיות-

- יכולת לשחק ביחד

- יכולת לנהל SMALL TALK – שיחה קלה על הא ודא. קושי בזה מצמצם ומבהיל בכל מפגש חברתי

- יכולת להבין קודים חברתיים גלויים וסמויים- פרשנות נכונה של מצבים חברתיים (דוגמת ילדי האספרגר- הספר של מארק האדון- המקרה המוזר של הכלב בשעת לילה. או לקוי למידה, שלא מבינים קודים סמויים- סלנג, ציניות /לא מפרשים נכון מצבים חברתיים)

- יכולת להתאים עצמך בגמישות למצבים חברתיים- לזהות מתי לדבר מתי לא, מה לעשות ומה לא

* גורמים הקשורים למשפחה

- כשיש במשפחה נורמות שונות מאלו בבית ספר- לא לקלל, לא לראות טלנובלות. והילד לא מצליח לחבר בין נורמות הבית לנורמות בית הספר - כשגם להורים קשיים חברתיים- בישנות, סגירות, אנטי, ולכן לא לימדו את הילד מיומנויות חברתיות. נתנו מודל להתבדלות.

- כשמעבירים לילד מסרים של התנשאות והתבדלות- אתה יותר טוב מה'פראים' האחרים. אתה ילד מחונך. זה מבודד את הילד. מרחיק באנטי. - כשדורשים מהילד להיות 'מבוגר קטן'- מחונך, מנומס, לא להתלכלך, לא לדבר שטויות, לא להתפרע- אין לו כלים להשתלב בחברת הילדים.

* גורמים הקשורים ולסביבה הבית ספרית –

- השעיר לעזאזל לא מתאים לסביבה- למעלה או למטה מדי, מחזיק משהו מאיים. לפעמים יש בו תכונות 'דוחות'- לא קורא קודים חברתיים. עליו מתיקים תוקפנות וקושי לקבל חולשה- חולי של המערכת לא של הילד. עליו עושים חרמות- ביטוי לאלימות וחוסר סובלנות של הקבוצה.

המלצות להורים-

- כיצד יכולים הורים לזהות שיש לילדם בעיה חברתית
- להפריד בין קושי והשלכות של ההורים ושל הילדים- הילד לא עומד בציפיות שיהיה 'יותר חברותי', להורה היה קושי חברתי בילדותו ומשליך את המצוקה על ילדו. לעיתים לא מקבלים את הטמפרמנט החברתי של הילד ורואים בו 'בעיה'. הילד בסדר יחסית וההורים במצוקה. כמובן, שאם ההורים במצוקה, עם הזמן מצוקתם, כעסם ואכזבתם (למה אתה לא מתקשר, לא יוזם וכו') הופכים להיות ה-בעיה של הילד.
- במקרה כזה צריך 'לנקות את השלכות ההורים ולהישאר עם הילד'. לנסות להתבונן ולהקשיב לילדם ולמצב, במקסימום שיקול דעת:

- מבחינת הילד- להסתכל אם הוא חריג ושונה מבני גילו
-במיוחד לשים לב אם יש סבל אצלו, אם במצוקה זו
מספיק סיבה לומר שיש בעיה.
הורים צריכים להקשיב לילד, למסרים סמויים וגלויים, לראות התנהגויות כמו
הסתגרות וכעס, לדבר עם המורים, לאסוף מידע, להתייעץ אם צריך ואז
להגדיר אם יש בעיה, ומה טיבה. מההגדרה נבנית ההתערבות.

כיצד יכולים הורים לעזור לילד עם בעיות חברתיות

- הורים מגיבים במעורבות יתר ובהגנת יתר במקומות שהם מעורבים
מידי רגשית, מזדהים יתר (אומרים: 'יש לנו בעיה חברתית'). לכן חשוב
להגיב כמה שיותר ענינית. לשים לב שהבעיות החברתיות לא הופכות
להיות דרך התקשורת המרכזית בין ההורים לילד. שהילד לא לומד
להשתמש בקושי החברתי כדרך לגייס את ההורים לטובתו, לתת לו
תשומת לב
- חשוב שהורים יפרגנו לעצמם כמה קשה להיות הורה לילד עם בעיה
חברתית- זה מכאיב, קשה לשאת את הכאב של הילד, מרגישים חוסר
אונים. לא תמיד יש מה לעשות ישירות. הבעיות החברתיות מציבות
'מראה' קשה מול ההורים, שאולי מראה שהחינוך לא הצליח. אתה
מרגיש הורה רע. הבעיה החברתית אומרת אולי שאתה הורה לא טוב-
התחום החברתי נחשב ככזה המעיד אם 'הצלחת או לא בחינוך הילד
שלך'. יש חרדה שאולי הילד לעולם לא יסתדר חברתית עם כל
המשמעויות לזוגיות ומשפחה.
- המודעות לכאב, הלגיטימציה יאפשרו פחות 'להשפיריץ' את הכאב,
החרדה והכעס הנלווים. הורים צריכים לעבוד על עצמם, ולהוריד את
העול הרגשי של הכעס והאכזבה שלהם מהילד, להבין שלילד קשה
לעיתים עם ההורים יותר מאשר עם החברים:
*להפסיק משפטים פוגעים בדימוי העצמי שחוזרים על עצמם ולא מועילים
(כל מיני רמיזות או אמירות ישירות שהבעיה בגלל הילד- אתה רואה שאתה
סתם כועס, לא פלא שאין לך חברים)
- * להפסיק רציונליזציות שמגנות על ההורים ומקשות עוד יותר על הילד-
'אתה הרבה מעליהם' (קטע בספר של גיל יסודי). חשוב שההורים לא יצאו
למלחמות נגד ילדים אחרים, וגם לא נגד הוריהם, כי אחר כך הילד צריך
לחיות איתם, וצריך לסמוך על הוריו שהם לא 'מתפרקים'.
- *לקבוע יעדים וציפיות ריאליים בשביל הילד שלהם. לא מהשלכות של
ההורה אלא בהתחשב בטמפרמנט ובקשיים האמיתיים של הילד
*גישה ענינית, להגיש לילד עזרה מעשית-
להתייעץ עם איש מקצוע, לשלוח לטיפול או ללכת בעצמם להדרכת הורים
- לעזור לילד בהתלבטויות חברתיות- לא לזרוק אמירות פשטניות ושיפוטיות
שלא עוזרות אלא רק מקשות אלא באמת להכנס למורכבות. למשל, הילד

שלך מקובל ולא רוצה להזמין למסיבת יום ההולדת את הילד הדחוי שלא יקלקל. או הילד שלך העליב ילד אחר, ועכשיו הוא בוכה ומפחד. או שהילדה שלך מתחמקת מילדה מסוימת שהיא לא רוצה לפגוש, או שנטשה חברה אחת לטובת אחרת. יש פתרונות פשוטים לדילמות חברתיות? לא בגיל הילדות ולא בגיל הבוגר. אז להגיד 'תעשה ככה או ככה' או 'למה אתה פשוט לא עושה ככה וככה' אלו סתם אמירות שמורידות מתח מההורים. הקשבה, תמיכה, אמפטיה, חיפוש פתרונות שיתאימו לילדים בהחלט יכולים לעזור. (הדוגמא של גיא שאמרת לי בכתה ב' - תגיד לו שנעלבת ואמר - ילדים לא מדברים ככה)

* לעזור לילד ישירות במקומות שלא יכול להתמודד לבד - לא לאפשר חרמות על ילדים!!!! אסור שהילדים יתפקדו בעולם משלהם בלי השגחה ופיקוח של מבוגרים. הורים לא יכולים לגרום אולי שיאהבו את הילד שלהם, אבל הם חייבים למנוע השפלות וחרמות. לדבר עם בית ספר, עם הילדים, לא לוותר על ההגנה שהילד זקוק בנושא הזה. לאף ילד לא מגיעה השפלה. בשום אופן!!!

- איך מגיבים כשהילד מתחבר עם ילדים 'שליליים'

- יש מקרים שילדים הם באמת שליליים - עוסקים בפלילים, אלימות, התנהגויות סיכוניות, ואז צריך להרחיק את הילד מהם, דרך סמכות (יפורט)

- פעמים רבות צריך להבין שהחבר השלילי הוא שלילי בעיני ההורה, וחיובי והכרחי בעיני הילד -

* הורים אומרים 'החבר גרר אותי', למה הוא פרייר ומנצלים אותו? ההסבר, שקשה לנו כמבוגרים להבין הוא שהילד לא נגרר מאונס אלא מבחירה. קשה לקבל כמה שייכות חברתית חשובה לילדים, ושלחם שווה להיות קצת פרייר כדי להשתייך. ואנחנו כמבוגרים לא מוחלים על כבודינו כדי להשתייך לחברה מסוימת? או שמתחנפים על חשבון כבודינו לבוס שלנו. אנחנו לפעמים גיבורים קטנים על עצמינו וגדולים על ילדינו בדיוק בנקודות הכואבות לנו.

* הורים מתלוננים - למה הוא לא מתחבר עם ילדים ברמתו אלא עם ילד חלש/ מופרע' התשובה הלא נעימה תמיד היא שהילד החלש/מופרע מספק לילד משהו שהוא לא מקבל בדרך אחרת. למשל, ילד ממושמע, שלא מעז לבטא כעס מתחבר לילד 'מופרע' שמבטא גם את הכעס שלו, דרך החבר הוא מעז יותר. או ילד שבבית יש ציפיות הישגיות גבוהות ממנו, והדימוי העצמי שלו נמוך יחפש ילד חלש ממנו שליידו הוא מרגיש חזק ולא מאוים. לידו הוא בטוח חכם ולא כל הזמן מאוים ובביקורת.

המלצה - כשהילד מתחבר עם 'חבר שלילי' תבדקו מה יש בחבר, ולמה ילדיכם צריך אותו כל כך. אם יקבל את צרכיו בדרך אחרת (ביטוי כעס, קבלה והערכה במקום ביקורת) לא יצטרך כל כך את החבר השלילי. תדברו עם הילד, תבררו מה הוא מרוויח בקשר עם החבר, תקשיבו לא מעמדת יודעים אלא מנסים להבין. תפסיקו להעביר ביקורת על הבחירה החברתית של הילד - כי זה גם מנמיך בטחון עצמי, גם יכול לעורר דפוס

של דווקא (בולט בגיל ההתבגרות). ממקום של קבלה ואהבה ילדים יוכלו לעשות את השינויים שההורים רוצים.

- סמכות הורים בהצבת גבולות בהקשר חיי החברה של הילדים

*קשרים חברתיים הם בתחום ההעדפות של ילדים- ולכן הורים אמורים לתת לילדים חופש מירבי להתנסות ולבחור להם את החברים שלהם. ניתן לנהל משא ומתן, להמליץ, לתמוך- אך לא להחליט עבור הילד. * יש מרכיבים בהתנהגות החברתית שיש להפעיל עליהם משמעת. משמעת של סמכות האומרת לכפיף מה לעשות. סמכות שאומרת, עוכפת, ולא מחכה להסכמה.

המשמעת צריכה להיות מוגבלת לתחומים של הרגלי חיים שהם באחריות ההורים- באיזו שעה חוזרים, לאלו מקומות בילוי הולכים, איך מתלבשים. כמובן שגם בתחומי הסמכות חשוב להיות אדיבים לילדים. לקבוע את העמדות אחרי הקשבה וביורור (הילד אומר- כולם חוזרים בשתיים בלילה, מותר לברר מי זה 'כולם', ומותר גם לתסכל ילדים בגבולות הסביר)

- המשמעת צריכה להיות מופעלת במצבים של סיכון לדעת ההורים- לא לאפשר להסתובב עם חברים מזיקים, במקומות מזיקים למנוע שימוש בסמים, למנוע פירסינג או עישון אם ההורים מאמינים בכך. חשוב שהורים ייזהרו מלכפות העדפות שלהם בדרך של משמעת. לשמור את המשמעת למקרים קיצוניים יחסית אחרת לילד לא יהיה מרחב לפתח את העולם החברתי שלו- כולל ליפול ולטעות. ואם מתפתחת 'מלחמת עולם' סביב סמכות ההורים בנושא מסוים- לא להבהל, לא להגיב רגשית אלא לגשת לבעיה בצורה עניינית- להבין מה קורה, להתייעץ לחפש דרך פעולה.

- מותר להעניש גם דרך התחום החברתי- להשתמש בסנקציה חברתית במקרים של הפרות משמעת, כאמצעי מדרבן. עולמם החברתי של הילדים לא נחרב מזה למרות שינסו לשכנע שכך. כמובן, שהתגובה צריכה להיות קצרה ומוגבלת (לא, חודש לא תצא לחברים)

ולגבי האינטרנט- המחשב כחבר וירטואלי

חשוב לתחום את מספר השעות שהילדים מתקשרים עם חברים דרך תוכנות וירטואליות (ICQ, מסנג'ר וכו'). לעודד אותם ליצור גם קשרים חברתיים ממשיים, לשחק עם חברים לא רק דרך המחשב. לפקח על 'הטיולים' של הילדים באינטרנט, להסתכל על ה-HISTORT, לראות אם אין כניסת יתר לאתרי סקס. לא רק לכעוס ולהגביל, אלא גם להסביר לילדים את הסיכונים.

לסיכום, צריך לדעת שהתחום הזה של חברים הוא טעון ומאיים לכל הצדדים. גיל ההתבגרות מאיים אף הוא בסיכונים ובחוסר השליטה שבו. אבל! אם ההורים ישמרו על שיקול דעת וענייניות יוכלו לטפל בכל הבעיות. לטפל- לא

בהכרח למנוע כל מצוקה כי תחומים אישיים וחברתיים כרוכים במצוקה, בילדות
בהתבגרות וגם בבגרות. נהיה ריאליים ועם חמלה.

בבליוגרפיה:

ברק- שטיין חלי (1999) , **תקשיבו לי רגע! שאלות של הורים- תשובות של
ילדים.** פרק בנושא יחסים חברתיים, הוצאת אח.