

## דחיה חברתית – ללמד ילדים להסתדר גם עם מי שהם לא סובלים

בכתות בית הספר היסודי, כמו גם באלו של חטיבת הביניים, נפוצה התופעה של דחיה חברתית. יש כתות בהם יש ילדים לא מקובלים, דחויים. לועגים להם - בין אם ישירות ובין אם דרך התקשורת האלקטרונית, לא רוצים לשבת לידם, לא מזמינים אותם לפעילות חברתית, לא נותנים להם לדבר, מראים בגלוי שנגעלים מהם, שבזים להם, לא בוחרים בהם כזוג למשימות, ועוד. לעיתים מגיע המצב עד לכדי חרם כולל – לא מדברים איתם, ולא מרשים לילדים אחרים לדבר איתם.

### **הייתי רוצה להתחיל בגישה המקובלת כיום לטיפול בילדים דחויים בפרט ובחרם בכלל**

**בגישה הפרטנית** מקובל ויעיל היום לחפש את ההסברים והפתרונות דרך ההתמקדות ביחיד – בבעיות באישיותו, במשפחתו, בקשר שלו עם המורה והכתה:

- מחפשים מה בהתנהגותו של הילד הדחוי 'מזמין' את הדחיה שלו – אולי הוא תוקפני, מוזנח, ביקורתי, חסר כישורים חברתיים. ההנחה היא שאם נעזור לשפר את הילד הספציפי הבעיה תעלם. מדברים עם הילד, מעודדים אותו לחזק את כישוריו החברתיים, אולי גם שולחים אותו לטיפול.
- חשוב לשים גבולות ברורים להתנהגויות לא מקובלות של הילדים ולהעביר מסר ברור שהן לא מקובלות ואסורות. כך למשל אומרים חד משמעית: 'את לא יכולה לקלל אותה במילים כאלו'; 'אצלנו בכתה כולם יושבים ליד כולם'; 'אתה תתנצל עכשיו על הפרצוף המעליב שעשית לחבר שלך, כי אנחנו לא עושים פרצופים כאלו לחבר כתה'.
- יש מורים שיוזמים פעילויות חברתיות כתניות, אינטראקציה בינאישית שמחייבת ילדים שלא מחבבים אחד את השני להיות בקשר. למשל, עבודה בקבוצות או הכנת משימה משותפת. כך לומדים הילדים להסתדר אחד עם השני, רואים לעיתים 'שהשד אינו נורא כל כך' וממתנים את האנטי אחד לשני.
- בכיתות בהם יש בעיה של ילדים דחויים וחרם – מקובל גם לעשות עבודה יעוצית של חיזוק הסובלנות לזולת, שמטרתה לעזור לילדים לקבל את השונה מהם ולהפחית תוקפנות בכתה. ההנחה היא שפעילויות אלו יעזרו לילדים להפסיק את האלימות שהם מפגינים כלפי הילד הדחוי, גם כשהוא מאוד מעצבן ודוחה אותם.

במאמר זה אבקש להדגיש את **הגישה הקבוצתית** – עבודה עם כל הכתה כקבוצה על הנורמות שלה, על הסובלנות, על התוקפנות, על הקשר הבינאישי. זו גישה שמצטרפת לגישה הפרטנית ומרחיבה אותה, ולפיה אפשר להבין את התופעה של דחיה וחרם חברתי באופנים נוספים, ולספק למורים כלים נוספים להתמודד איתה. אפילו מהתופעה השלילית הזו ניתן להפיק למידה חברתית לכל הכתה.

**לטענתי, בכל חברה אנושית יהיו מקובלים יותר ופחות.** זה טבעי ובלתי נמנע, ותמיד יהיו אנשים שנסתדר איתם יותר ופחות זה. לכן צריך ללמוד איך להתמודד עם הדבר. ילדים, בהיותם צעירים וייצריים, מגיבים ליחסים בינאישיים בעוצמה, בין אם אלה יחסים חיוביים ובין אם הם שליליים. הם אוהבים, אכפתיים, מלאי תשוקה בקשרים שלהם, וגם שונאים, מקנאים, מתחרים, כועסים, נעלבים, ומנהלים מאבקי כוח בעוצמה רבה. חשוב להם להיות חזקים ואהובים, והם חוששים מאוד מדחיה, שנחוות בילדות כמו גזר דין מוות. מנגנוני האיפוק של נימוסים,

ויסות והרגלים חברתיים אחרים אינם חזקים מטבעם אצל הילדים ואינם מתורגלים. כאן נכנס תפקידו המחנך, המווסת והמכוון של המורה.

אם המורה יצליח לא להיות מוצף, כועס וחרד בעצמו בסיטואציות חברתיות של דחיה וחרם, הוא יוכל להבין מה קורה בכתה, וללמד את הילדים לרכוש כישורים חברתיים חשובים. הוא יוכל לעזור להם ללמוד איך לנהל את תחושות התוקפנות, התחרות, הקנאה, וחרדת הדחיה שלהם, כמו גם איך להסתדר עם מי שהם לא מחבבים ואפילו מתעבים באופן טבעי. זו מיומנות חברתית חשובה מאוד לא רק במבחינה חברתית, אלא גם למשפחה ואחר כך למקום עבודה – הלא בכל מקום בחיים, איך בוחר את כל מי שתהיה איתו, ואתה צריך להסתדר עם קולגות ובוסים, חברים ובני משפחה, גם כשאינך סובל אותם.

### **שיטת הגישה הקבוצתית דומה להקניית הרגלים אחרים בחינוך, וכוללת גבולות ונורמות, תיקוף ודיאלוג**

#### **נורמות ההתנהגות:**

חשוב להקנות לכתה נורמות של התנהגות שתהפוך להרגל. ללמד אותם התנהגויות פרו חברתיות שיעמדו לרשותם גם במצבי לחץ בינאישיים. המורה ידגים לתלמידים במצבים של דחיה חברתית איך עליהם להתנהג. יתרגל אותם בפעילות ייעוצית, ילמד ויקנה להם את ההתנהגויות עד שיהיו אוטומטיות. כך למשל המורה יכול לומר-

'אצלנו בכתה מתיחסים בכבוד לכל הילדים, גם לאלו שאנחנו לא מחבבים באופן טבעי' (את המושג 'לא מחבבים באופן טבעי' – צריך להסביר ולדון בו בשיחה נפרדת);

'אצלנו בכתה מתנהגים בנימוס לכל החברים בכתה';

'אנחנו לא מעליבים אף אחד, כמובן שלא מחרימים';

'אנחנו משתפים פעולה במשימות כתתיות עם כולם';

בכתות גבוהות יותר אפשר לדבר גם על מותר ואסור בתקשורת האלקטרונית, ויש להתייחס גם לפעילויות מחוץ לכתה אחר הצהריים – כל מורה לפי אמונתו.

#### **בשיחות כתה**

– חשוב לתת מקום לדיאלוג ולעבודה רגשית על החברויות בכתה: על התחושות שיש לילדים באופן טבעי לאלו שהם אוהבים וחברים איתם, ואלו שפחות. חשוב לתקף את התחושות, ולהבהיר חד משמעית שהתנהגות מנומסת היא המינימום הנדרש כלפי חברים בכתה.

– חשוב שהילדים יבינו שלכל ילד בכתה יש מקום וזכות לחברים. גם אם אתה לא חבר של מישהו, אין לך זכות להעליב או למנוע ממנו חברים אחרים.

– לדבר איתם על הרגשות הנלווים ליחסים חברתיים: על התחרות, על הקנאה, על החשש מדחיה, על הלחץ לאבד את המקום החברתי, להיות חלש, ועוד.

– להדגיש שאלו תחושות שיש לכולם, גם למקובלים וגם לחזקים. לדבר על הקשבה לזולת, על אמפטיה וסובלנות. לדבר על תסכולים ועל משאלות. כתה מדברת, קשובה, שיש לה מגע עם רגשות, היא באופן טבעי כתה פחות תוקפנית שפחות הורסת ילדים.

### **חשוב שהמורה ידע, מיהו הילד הדחוי, מיהו השעיר לעזאזל אליו מופנית התוקפנות?**

ההבנה תוביל להתערבות בהתאם.

בהבנה הקבוצתית, ילד דחוי מבטא בדרך כלל את החלקים החלשים שהקבוצה לא מוכנה להתמודד עמם. התוקפנות כלפיו מבטאת את חוסר הסבלנות והתוקפנות של הקבוצה כולה. לרב מתרחשת התופעה בקבוצות שיש להן בעיה. קבוצות תחרותיות מאוד, שיש בהן קנאה חזקה, שאסור להיות בהן שונה או חלש. השעיר לעזאזל הוא 'שק האגרופ' של הכתה כולה – נוח לכולם להיטפל אליו ולהוציא עליו את התוקפנות והמתח, כך שכל השאר מוגנים.

למרות שמוקד הבעיה הוא היחיד – הילד הדחוי – הרי שמקור 'המחלה' הוא בקבוצה ולא ביחיד. ההנחה היא שהיות שהבעיה היא קבוצתית גם הדרך לפתרון צריכה להיות קבוצתית. למשל, לקיים פעילות לעידוד הסבלנות בכתה, לקבלת השונה, לעזרה הדדית. אם כך תנהג הכתה, אז גם הילד הדחוי, אולי לא יהיה מקובל מאוד, אבל יהיה לו מקום סביר בכתה, מקום שיאפשר לו חיים חברתיים אפשריים. אם בעיה בכתה אינה מטופלת קבוצתית, היא תצוץ ותופעל כל פעם על ילד אחר. ואכן, מורים מספרים על כתות שבהן הדחיה כלפי ילדים 'נודדת' מילד לילד, אך תמיד קיימת, לעומת כתות שבהן יש ילדים מקובלים יותר ופחות אך אין דחיה משפילה של ילדים. כמובן שהמצב האחרון הוא זה לו אנו שואפים.

הרווח המושג אחרי שינוי הנורמות והאווירה בכתה הוא כפול: גם לילד הדחוי, שמשחרר מהמקום האלים בו היה, וגם לתלמידי הכתה, שהופכים מבריונים לילדים נחמדים המסוגלים להיות אנושיים גם עם ילד שהוא אפילו בעייתי. לכן גם בשיחה עם הילדים יכול המורה להגיד להם, שלכתה שמנדה ופוגעת באחרים, יש בעצמה בעיה. הבעיה אינה הילד הדחוי ומה שהם מייחסים לו, אלא התוקפנות של הכתה והדרך הלא טובה שבה מנהלת את התחרות, הקנאה, או החולשה שלה. בנוסף אפשר ללמד את הילדים, שכשאדם או כתה מרגישים בטוח בעצמם, וטוב לו עם עצמו – הוא לא צריך להנמיך ולפגוע במישהו אחר. אתה פוגע באחרים כשאתה מרגיש חלש, חסר בטחון, וחסר שליטה.

### **מורים הרוצים לעבוד על האקלים הכתתי יכולים להשתמש בטכניקה אבחונית מעניינת:**

לבחון מי הילד/ה המנהיגים והמקובלים בכתה – ולבחון מה מאפיין אותם; ולבחון מי הילד/ה הדחויים בכתה – ולבחון מה מאפיין אותם. לפי המאפיינים שייאספו אפשר יהיה לדעת מה נחשב רצוי ולא רצוי מבחינת הנורמות הלא פורמליות של הכתה, מה הכתה שואפת אליו, ומה הכתה חוששת ורוצה להכחיד. למשל, הכתה מעריכה ילדים שהם תלמידים טובים וצייטנים, ספורטאים או חתיכים, ואולי דווקא ילדים שובבים וחוצפנים. לעומת זאת, הכתה חוששת ודוחה ילדים חלשים, חנפנים, או מצליחנים מידי. עם הידע הבסיסי הזה ידע המורה איך לעבוד. זו נקודת הבסיס שלו.

לסיכום, לפי גישה זו, המורה יעזור ליחידים ולכתה כולה להרגיש חזקים, יעזור להם להוציא את המיטב מעצמם כדי שלא יצטרכו לפגוע אחד בשני. כך הוא יעזור להם לפתור קונפליקטים, מריבות וחוסר חיבה – שבודאי יהיו ביניהם – בדרכים מקובלות, ללא אלימות ועלבון.

בברכה,

חלי ברק שטיין

פסיכולוגית חינוכית מומחית

[www.hebpsy.net/barak](http://www.hebpsy.net/barak)

[helibarak1@gmail.com](mailto:helibarak1@gmail.com)