

# משונית ילדות



יש להם מרץ בלתי נדלה ורעיונות בלי סוף | מקטנות הם דואגים שלסובבים אותם לא יהיו חיים משעממים | בבית הספר פוברים ידיים ומתקשרים הביתה לעתים קרובות, ובבית - ההורים אובדי עצות | לא, לא מדובר בילדים היפראקטיביים: הם פשוט שובבים מאוד | מנחת הורים ויועצת חינוכית משוחחות על דרך ההתמודדות עם ילדים שתמיד יוצאים מהשורה



**כ** שבנצי בן השש איחר לחזור מבית הספר, אימא שלו דאגה מיד. מטבעה איננה דאגנית במיוחד, אבל מה אפשר לחשוב כאשר הילד שלך בכיתה א' סיים את יום הלימודים לפני ארבעים דקות, תלמוד התורה נמצא במרחק של חמש דקות והילד טרם נראה באופק?

אחרי דקות ארוכות של דאגה, שיחות טלפון וחיפוש, התגלה הנעדר יושב על הדשא בגינה ציבורית סמוכה בחברתו של חבר ושניהם מכרסמים ופלים. בנצי, מתברר, החליט שהגיע הזמן לשינוי שגרה ושכנע את אחד מחבריו לכיתה לצאת לפיקניק אחרי הלימודים - בלי לעדכן את ההורים כמובן.

ההורים של בנצי היו בהלם מוחלט: הוא היה הילד השישי שלהם, ואף אחד מקודמיו לא חלם להפר את כללי הבית הבלתי כתובים באופן כל כך בוטה. אבל לבנצי, כך התברר כבר מהיותו פעוט, לא הייתה שום היכרות עם כללים - כתובים או בלתי כתובים. כן היו לו מוח פורה ומרץ רב, ואת שניהם הקדיש כדי למלא את חייו בהרפתקאות מעניינות, בניסויים מרתקים ובשאר פעילויות שסימרו את שיער הוריו, הרגילים לצאצאים ממושעים למדי.

מהר מאוד הוא הפך להיות הילד הבעייתי של הבית, זה שצריך לפקוח עליו עין, לעקוב אחריו בלי הרף, להזהיר אותו בקצב של פעם בדקה ולנשום לרווחה כשהוא הולך סוף סוף לישון.

מה גורם לילד הזה להיות שובב מכל השאר? תוהים הוריו של בנצי ותוהים הורים נבוכים רבים. לילדים הללו אין שום בעיה נויורולוגית או ליקוי למידה. הם ממש לא צריכים ריטלין או תרפיה. אבל הם מזיקים, שוברים, הופכים, בורחים, נעלמים, מטפסים ומייצרים כאבי ראש בלתי פוסקים אצל כל מי שאמור לשמור עליהם.

## שמים עין

למה זה קורה?

דקלה יוספסברג, אם לשישה ילדים ומנחת הורים מוסמכת, מסבירה: "כשנולד ילד נוסף למשפחה שבה כל אחד מהילדים הקודמים כבר שריין לעצמו מקום: זאת החרוצה, יד ימינה של אימא, זה הלמדן הקטן, זאת המצחיקה, זה הביישן השקט... הוא מחפש לתפוס מקום שעדיין פנוי.

"המקום היחודי במשפחה חשוב לילד עד כדי כך שגם הילד השובב הקשה שלך, שסופג כל היום גערות ועונשים על מעלליו, לא חולם לשנות התנהגות. המחיר של הצעקות והעונשים שווה לו את תחושת השייכות. כך הוא מרגיש שיש לו מקום משלו, שהוא חלק מהמשפחה.

"הורים שממהרים להסכים עם התווית שהילד בחר לעצמו רק מחזקים אותה. אם אנחנו עסוקים כל היום במרדף אחרי הילד ובהבעת חוסר אמון בו, אם אנחנו באמת מגיבים למעשיו כמו אל פגע רע, אנחנו בעצם מאשרים לו שהחלטה שלו צודקת - הוא אכן בחר לעצמו את המקום הנכון עבורו".

"המקום הנכון של ילד שובב, עלול לדרדר אותו ולמצב אותו לכבשה השחורה של המשפחה, שסופגת את כל ההערות והנזיפות על השובות.

### איך נמנעים מלהפוך את השובב לכבשה השחורה של המשפחה?

"הורים נוטים פעמים רבות להצמיד תוויות שליליות לילדים שלא מתנהגים כמצופה: זו העצלנית שלעולם לא תעזור בבית, זה הבלגניסט שאי אפשר לראות את רצפת החדר שלו, זה הדבק שנצמד אליי כל הזמן... כל התוויות הללו מזיקות, ותווית הכבשה השחורה איננה שונה.

"צריך לזכור שהתוויות הן פרי הראייה שלנו ורק מחזקות את ההתנהגות השלילית של הילד. אם נשנה את זווית הראייה שלנו ונלמד לראות את הילד באור חיובי, זה יכול לשנות גם אותו, לגרום לו לנטוש את המקום הישן במשפחה ולחפש מקום חדש וחיובי.

"בחוג הנחיית הורים שערכת לפני כשלוש שנים, סיפרה אם אחת המשתתפות שבנה יוסי (שם בדוי) שובב



## יוצאים מהשובבות

המומחים מגישים כללים להתנהלות מול הילד המתגר:

- אל תכינו עבדו את כתר 'השובב' של המשפחה. הוא ישמור עליך בדבקות שלא תאמינו שהוא מסוגל לה.
- עשו כמיטב יכולתכם לתפוס אותו על חם כשהוא עושה משהו טוב, ושבו אותו בכנות.
- מצאו הזדמנויות חיוביות בהן הוא יכול לפרוק את המרץ שלו. יציאות לגינה ומשחקי חצר הם חובה.
- קיבעו גבולות מינימליים שעליהם שומרים בכל מחיר, ועבדו יחד עם הילד על שמירת הגבולות הללו.
- שנו לעצמכם מידי יום: ההתנהגות של הילד לא משקפת עליכם דבר. ההתנהגות שלו מבישה? היא מבישה אותך, לא אתכם!
- אל תשוו את הילד השובב למה שהייתם אתם בגילו, או לאחים ולאחיות שלו. הוא לא ילד רע יותר, יש לו טמפרמנט שונה שהקב"ה חנן אותו בו ועם זה כולכם מתמודדים.

## מהפך בהסתכלות

"עין טובה היא עצה שתמיד מועילה. ראשית היא עוזרת לי לראות את הילד בפרספקטיבה רחבה יותר ולשים את הפוקוס על הטוב ומכאן להגדיל ולהרבות טוב, ושנית - העין הטובה מרגיעה אותי, כאימא, וכבר בזה הרווחתי. כשאני רגועה יותר - פוחתים המאבקים בבית, כי כשאנחנו כועסים אנחנו מוסיפים שמן למדורה."

"זהכי חשוב - כשאני רואה את הילד שלי כטוב, מועיל ועוזר ומסרבת להאמין לתחפושת ה'שובב' - אני מאפשרת לו למצוא מקום חדש במשפחה."

"חשוב לי לציין שהעצה הזו אינה דיבורים בעלמא, אלא נתמכת בניסיוני האישי כאם לילדים שובבים. לאחת מבנותיי הצמדתי בלבי כבר בגיל שנה את תווית 'הנוק של הבית'. היא הייתה פעוטה חרוצה ביותר שהיה לה הספק יומי מדהים של אינספור מטלות: להפוך את הצלחת, לשפוך את המיץ, לזרוק מהר את הכלים על הרצפה, ואז להתקדם למטבח ולשלוף דברים מהפח, לפזר אותם בנקודות אסטרטגיות ולרוץ לחדר הכביסה כדי לשלוף דברים בערבוביה מסל הכביסה המלוכלכת... כל היום עסקנו במרדף אחריה, לפעמים צוחקים אבל רוב הזמן ממש לא. ברגע שנזכרנו בה חשבנו: 'איפה רינה?' ויצאנו בבהלה לחפש אותה ואת הנוק התורן..."

"יום אחד, קרובה לייאוש, התייעצתי עם חברה טובה ומנחת הורים מנוסה וקיבלתי ממנה את העצה הבאה: בפעם הבאה שאת חושבת 'איפה רינה', אל תציירי לך בראש את הנוק הבא שהיא עושה, אלא תגידי לעצמך 'רינה משחקת' ותראי אותה בעיני רוחך משתעשעת במשהו בלתי מזיק."

"התקשיתי בהתחלה לקבל את הרעיון, כיוון שהערכת שיעד שאני אחשוב את המחשבה הנחמדה הזאת היא תעולל תעלולים רבים מדי. אבל החברה שלי התעקשה: אל תחשבי שאת חייבת לרדוף אחריה, תנסי את מה שהצעת."

"הגעתי הביתה, הסתכלתי על רינה המתוקה והחכמה וחשבתי לי שמה פתאום היא נזק? היא אמנם סקרנית ופעילה אבל תמיד משחקת יפה. החלטתי לאמץ את השיטה שהציעה לי חברתי וכך עשיתי."

"תוך שבוע חל מהפך גדול ברינה. הילדה נרגעה פתאום. היא עדיין זריזה וסקרנית ומספיקה הרבה, אבל כבר לא עסוקה בלהפריע ולהזיק על כל צעד ושעל. עכשיו אנחנו באמת רק צוחקים למראה מעשיה. זה כוחה של עין טובה!"

## עושים בושות

הורים רבים מגלים מוכנות ופתיחות לשנות הרגלים ודרכי תגובה כדי לשפר את התנהגות השובבים שלהם, אולם כשההשתוללות מתרחשת מחוץ לכותלי הבית קל לשכוח את כל התיאוריות החכמות והשיטות המנוסות שלמדנו ולסגת למגננה של צעקות, איומים ותחושה כללית שאנחנו ההורים הגרועים ביותר בעולם.

הורים מרגישים לא פעם בושה גדולה מהתנהגות של ילדיהם השובבים בציבור, בשמחות משפחתיות וכדומה.

**איך מתמודדים עם רגשות ה'בושות' שהילד עושה?**

"זו החלטה שלנו להתבייש בהתנהגות של הילדים - וזו החלטה שגויה. הגמרא בקידושין אומרת: 'שלושה שותפים באדם, הקדוש ברוך הוא, אביו ואמו'. הילדים שלנו הם פיקדונות יקרים, וברוב המקרים אנחנו משקיעים בהם מעל ומעבר כדי שיתחנכו כראוי, אבל צריך לזכור שלא אנחנו מנהלים את העולם ויש לנו שותף מלא וחשוב בגידול הילדים: השם יתברך."

"אחרי כמה שנים שהם מופקדים אצלנו לגדל אותם, הם צועדים במסלול החיים שלהם ועליו אין לנו שליטה. יש להם גם בחירה חופשית משלהם. אנחנו צריכים לעשות כמיטב יכולתנו, ומכאן והלאה השם יעשה את שלו."

בצורה מיוחדת בחיידר. הגנת הייתה מיואשת ודיווחה ללא הרף לאמו בטלפון על התנהגותו הבעייתית. בייאווה כי רב הציעה הגנת להצמיד לילד פנקס שבו היא תכתוב כיצד הילד מתנהג, ללא צורך בטלפונים. ביום הראשון היה רשום בפנקס: היום יוסי הפריע, ביום השני: היום יוסי הרביץ לחבר וכך הלאה והלאה. ומה עשה העדכון הזה לאימא? ייאש אותה לגמרי. מה הועילו הדיווחים השליליים? יוסי הלא שמע מאות פעמים תוכחות רכות או קשות מהוריו, וכל דרכי הפעולה כבר נוסו.

"למרבה המזל האם הזו הייתה אישה חכמה. היא התקשרה לגנת ואמרה בעדינות רבה שהיא התייעצה ויש לה רעיון חדש, אם היא מעוניינת לשמוע. כשהגנת הביעה נכונות לשמוע אמרה האם שנאמר לה שהכתיבה בפנקס היא אכן רעיון מעולה, אבל אולי אפשר לנסות לכתוב בו רק דברים טובים, לנסות למצוא בכוח נקודות טובות שקרו באותו יום ולכתוב אותן. הגנת הסכימה."

למחרת נכתב בפנקס: היום יוסי אכל יפה את הלחם.

ביום שאחריו: היום יוסי שיחק יפה בחול.

ובעוד יום: היום יוסי שיחק יפה עם חבר, ובסוגריים צוין - אבל באמת!

עוד יום עבר, ובפנקס הופיעה הערה על תפילה כראוי ושוב הופיעה ההערה בסוגריים (אבל באמת).

מכאן התחיל יוסי לפרוח! הוא שיפר מאוד את התנהגותו, את הישגיו ואת היחסים עם החברים.

"הסיפור הזה התרחש לפני שלוש שנים. לפני מספר שבועות שוחחתי עם אותה אימא ושמעתי ממנה שיוסי שלהם הפך לילד חדש לגמרי, והם רוויים ממנו מלא חופניים נחת."

המסקנה היא שיש לראות את הטוב בילד השובב.



## השובב הרגיש

לא מעט אימהות לילדים שובבים יצהירו בייאוש שהילדים מתעלמים מהן לחלוטין. בכלל לא משנה מה הן עושות ומה לא, איזו שיטה ינקטו, אם יאימו בעונשים או יבטיחו פרסים: השובב ימשיך בתעלוליו בלי שום שינוי.

ובכן, מתברר שהתחושה הזאת לא מדויקת. מחקר שנערך לפני מספר שנים באוניברסיטת אינדיאנה בארה"ב בדק מה מידת הצלחתם של תינוקות בעלי טמפרמנט קשה בלימודים ובחברה כשהם מגיעים לכיתה א', ואם להורות ולחינוך שקיבלו בבית יש השפעה על ההישגים שלהם. המחשבה הישנה הייתה שתינוקות בעלי מזג מאתגר יתקשו יותר להתרגל לבית הספר כילדים.

החוקרים עקבו אחרי 1,364 ילדים מאז הלידה ואז כיתה א'. כל הילדים קיבלו סיווג של טמפרמנט (קל, קשה וכו') בתור תינוקות. סגנון ההורות של האימהות נבחן במשך השנים במספר תחומים: חום ואהבה שהובעו כלפי הילד, הצבת גבולות המתאימים לגיל וכדומה. לבסוף נבדקה מידת ההסתגלות האקדמית והחברתית של הילדים לכיתה א'.

ממצאי המחקר הראו שילדים שהוגדרו כבעלי טמפרמנט קשה בתור פעוטות הצליחו בכיתה א' בדיוק כמו חבריהם אם האימהות סיפקו להם הורות טובה. הדבר המעניין עוד יותר היה שילדים בעלי טמפרמנט כזה הגיבו בעוצמה רבה יותר לסגנון ההורות של האימהות - לא רק שהם נכשלו יותר בכיתה א' כשלא זכו להורות מתאימה, גם היה הרבה יותר קל לגרום להם להסתגלות מוצלחת לבית הספר כאשר כן זכו ליחס הרצוי מההורים.

ילדים בעלי טמפרמנט מאתגר, סיכמו החוקרים, רגישים הרבה יותר לסביבה החיצונית. ובעוד שמצד אחד פירוש הדבר קושי גדול יותר בגידולם, מצד שני הם גם יגיבו טוב יותר ומהר יותר לנקיטת הצעדים הנכונים של ההורים. מתברר שהילד השובב שלך הוא הילד שהכי רגיש לסגנון ההורות שלך, לטוב ולמוטב.

"מה הדבר שהילד עושה שהכי מפריע לו ולכיתה? למשל שהוא מטייל בכיתה באמצע השיעור. במקרה כזה נקרא לילד ונסכם אתו שאנחנו מתחילים לעבוד על הנושא הזה. כדאי להוציא ממנו את הסיבות לחשיבות העניין, וכך פשוט לעשות אתו קואליציה, ואז להתחיל לבנות תכנית מדורגת.

"אין לדרוש ממנו מיד לשבת במהלך כל השיעור, אלא למשל לבקש שישב במקום, לא משנה מה קורה, במהלך עשר הדקות של פתירת תרגילים עצמית בכל שיעור. ברגע שאנחנו תוחמים את המשימה יהיה לו קל יותר לעמוד בה, ואחרי שהוא יחווה הצלחה יהיה לו חשק ומוטיבציה להמשיך. היועצת החינוכית של בית הספר יכולה מאוד לעזור בבנייתן של התכניות הללו מול המורים ומול הילד.

"חלק מהילדים השובבים הם מנהיגי דור העתיד", מסכמת ד"ר אסנת רובין, "הטמפרמנט הייחודי שלהם יכול להיות מה שייתן להם כוחות להזיז דברים. אם נדאק את הטמפרמנט הזה - הרי שדיכאנו חלק מהתכונות שהשם טבע בבני אדם כדי שיצליחו בשליחות שלהם בעולם הזה".

שמאפיינים את הפרט ככלל, והם בעלי יציבות גבוהה יחסית מעבר לזמן ובמצבים שונים.

ניתן למצוא הבדלים כאלו אפילו בין תינוקות: כולנו מכירים את התינוקות שישנים בזמן קבוע, אוכלים מנות קבועות של אוכל ומהירים להסתגל לשינוי, כמו גם את אלו המתחממים לאט - הדורשים יותר זמן, או את התינוקות הרגישים לכל גירוי, נרתעים או נוטים למצבי רוח.

המחקר מראה, כי רמת הפעילות, רמת הסדירות הביולוגית, מידת ההתקבקות או הימנעות בנוגע לגירויים או לפעילויות וקלות הסחת הדעת של התינוק - הם מאפיינים של הבדלים בין-אישיים שנשארים יציבים בדרך כלל. המאפיינים המרכזיים שיבואו לידי ביטוי בהמשך גם בשנות הילדות והבגרות, יתוארו כמזג של האדם - הטמפרמנט שלו. "כשילד שובב בגלל הטמפרמנט שלו, אנחנו מכנים את הטמפרמנט שלו 'טמפרמנט מאתגר', ולא מנסים לשנות אותו, אלא לעבוד על ההתאמה בין הילד והסביבה".

### איך עושים את זה?

"ראשית כל נדרשת מודעות להבדלים בטמפרמנט. אם אני כמורה אוהבת להבין כל דבר לאט ועד הסוף ויש לי תלמיד שקופץ מעניין לעניין, זה יכול לעצבן ולעורר התנגדות, אפילו בלתי מודעת לתלמיד. לפעמים קורה דבר הפוך: דווקא התלמיד שדומה למורה במזג מעורר את ההתנגדות, סוג של 'כל הפוסל במזמו פוסל'. לפעמים דמיון בטמפרמנט של התלמיד והמורה יכול ליצור מתח.

"לא פעם אני נותנת לגננת או למורה למלא שאלון על הטמפרמנט שלה, ואז שאלון על הטמפרמנט של הילד. אחר כך אנחנו לומדים את השאלון ביחד ומבינים מהיכן מגיעות ההתנגשויות.

"מעבר לכך, חשוב לתת לילד הזדמנויות חיוביות לבטא את הטמפרמנט המיוחד שלו. כשלומדים חומר מסוים, אפשר לתת לו להציג את יחידת הלימוד. אם יש לו הכישרים לכך - אפשר לתת לו לארגן מסיבה. חשוב לגלות אילו כישורים יש לו, מלבד השובבות, ולתת לו הזדמנויות להוציא את הכישרים האלו לפועל בהתאם לטמפרמנט שלו. בשיטה הזו אנחנו גם מחזקים מאוד את הדימוי עצמי של הילד שמקבל הרגשה שרוצים שהוא יצמח על פי המאפיינים המיוחדים שלו, לא שמנסים להכניס אותו לקופסה הנוחה לנו".

### ובכל זאת, עם כל ההבנה לטמפרמנט השונה, גם ילדים שובבים צריכים גבולות.

"שמירת גבולות היא חלק מהסתגלות נכונה לסביבה. אינני מציב גבולות בפני הילד מפני שאני כמורה רוצה שקט בכיתה, אלא מפני שהוא צריך את הגבולות כחלק מכישרי ההסתגלות שלו לחיים בכל סטואציה.

"חשוב לעבוד בשיתוף פעולה ובעקביות. אם כל מורה מצפה למשהו אחר מהילד, הוא רק יצא מבלבל. צריך להחליט מהם הגבולות האקוטיים ביותר שצריכים להישמר, להבטיח עקביות של כל הצוות ושל ההורים ולהתחיל בהם.

דווקא מתנהגת ממש יפה ובנימוס. למה זה קשור אליי? אולי בעצם הבושות הן לא שלי - אלא את הבושות הם עושים לעצמם? הם הרי יודעים בדיוק מה מותר ומה אסור, מה נמוס ומה ממש לא.

באותו רגע החלטתי להפסיק להתבייש. שילד שלא מתנהג כראוי יתבייש בעצמו. למה אני? מאז ראינו שינוי גדול. אני הפסקתי להתבייש, ועל כן הייתי הרבה פחות לחוצה לפני הביקורים ובמהלכם, והילדים לפתע שיפרו מאוד את ההתנהגות. פתאום היה אפשר לנהל שיחה נינוחה בלי הפרעות כל מספר רגעים.

צריך להאמין באמת שילד שמשתולל ומפריע מקלקל לעצמו ומבייש את עצמו, וזה לא קשור אלינו ההורים ולחינוך שלנו!"

## תלמיד מופרע או טמפרמנט שונה?

במערכת החינוך, כמובן, השובבים שלנו מתבלטים אפילו יותר. לשבת שענה ארוכה באותו מקום? לשלב ידיים? לבקש רשות כדי לקום או לצאת? לא להתעסק בדברים אחרים בזמן השיעור? רוב השובבים לא מוצאים שמץ הגיון בצפיפות הללו, ועל כן מתעלמים מהן לחלוטין.

אסנת רובין, ד"ר לייעוץ חינוכי, מרכזת לימודי MA לייעוץ מטעם אוניברסיטת חיפה במרכז מבח"ר בבני ברק ומומחית בטיפול בנוירופידיבק, מסבירה שתמיד יש מקום לברר מאין נובעת השובבות של התלמיד.

"היום כולם יודעים לדבר על ADHD כי זו האפנה, אבל יש עוד מגוון רחב של גורמים שיכולים להביא להתנהגות שובבה. מובן שלא כל אחד צריך ללכת לאבחון חיצוני, אבל בהחלט יש מקום שהיועצת החינוכית תקבל תמונה מלאה על ההתנהגות של הילד: האם הוא שובב רק בכיתה או גם בבית? מתי התחילה ההתנהגות השובבה שלו? במה היא מתבטאת?"

"אם הילד משתולל רק בבית הספר, לפעמים נגלה שילד יש חרדה חברתית והוא משתולל כדי לחפות על כך, או שיש לו בעיה עם גורמים מסוימים בבית הספר. אם הילד שובב מיום היוולדו בכל מסגרת: בבית, בשכונה, בבית הספר ובחוגים, נראה שפשוט זה הטמפרמנט שלו".

### מהי ההגדרה המקצועית של טמפרמנט?

"הבדלים בין-אישיים במאפייני תגובה ובמאפייני ויסות עצמי, שביסודם רכיב מולד וכן רכיב נרכש, נקראים מזג או טמפרמנט. זהו מננה קבוע המשפיע על אופן התגובה של האדם לגירויים השונים ועל עוצמתה. מדובר בסגנון או בתבנית של התנהגות

את ההצלחות בחינוך אנחנו לא יכולים לנכס לעצמנו, וגם הכישלונות הם לא שלנו!"

"אימהות שמגיעות אליי להנחיית הורים אומרות לא פעם שגם הפרסים וגם העונשים כבר לא עובדים והן מחפשות שיטה מתוחכמת יותר לשנות את הילדים. אני תמיד ממחרת להבהיר שאי אפשר לשנות את הילדים - אפשר לשנות רק את עצמנו. אכן במקרים רבים כשאנחנו משנות משהו בהסתכלות על הילד וגם לומדות להיות פחות לחוצות, הדינמיקה בינינו לבין הילד משתנה וההתנהגות שלו משתפרת.

"במשך שנים נהגתי לחוש רגשי בושה כל פעם כשחמי וחמותי באו לביקור: היה חשוב לי להרשים אותם, וילדים היה חשוב להשתולל דווקא בזמן הזה, ולא היה מדובר בשובבות מתוקה של נכדים... הם היו מטפסים בפראות על הספה, רבים בעוצמה זה עם זה, מייללים, מדברים בחוסר נימוס... שום דבר שניסו לא עזר, והיית משוכנעת שחמותי חושבת שאני האם הכושלת ביותר בעולם.

"אחרי אירוח אחד כזה, כשישבתי לבדי ונזכרתי בבושות של יום האתמול, עלתה במוחי פתאום מחשבה, שבעצם הילדים הם שמתנהגים לא יפה ליד חמי וחמותי, לא אני. אני

