



איך מאפשרים לכל ילד במשפחה להרגיש שיש לו שטח פרטי משלו? רגע, שאלה קודמת: למה צריך לתת לכל ילד להרגיש שיש לו שטח פרטי משלו? מתי שטח פרטי הוא לא דווקא מקום פיזי? מה קורה כשהמתבגר הופך את השטח הפרטי לסודי מדי? ומתי עקשנות של ילד להתכנס בשטח הפרטי אמורה להדאיג אותנו? | לא יצאנו לסיור בין שטחים פרטיים, הרי הם פרטיים, אבל כן התבוננו בתופעה יחד עם אנשי מקצוע והגענו לכמה תובנות חשובות | מקום משלו הדס אפיק



שטח פרטי





הרגע שהבנתי שילדים זקוקים לפינה פרטית משלהם היה כשהזדמן לי לטפס למיטת הקומתיים של בן התשע שלי", מספרת רחלי, אמה ותיקה ומסורה. "באופן כללי, בן התשע יודע שהוא מארגן את המיטה לבד ומחליף את המצעים בכוחות עצמו, שכן אני לא מתכוונת להעפיל למרומי הסולם בכל שבוע מחדש.

"ובכל זאת, קרה באחד הימים שהצצתי לשם, ונדהמתי. לאורך כל הצד הפנימי של המיטה היו מונחים חפציו היקרים ביותר של הבן בסדר מופתי - ניילוניות עם תעודות הצטיינות, פרסים קטנים שקיבל בכיתה, כמה חטיפים, ומבחנים שכנראה העדיף שלא להראות לנו. הילד, שידע שכל מקום אחסון אחר בבית יהיה נגיש לידיהם של אחיו הקטנים, בחר לארגן את כל חפציו לצידו במיטה, והרגיש שכך שהם נשמרים באופן הטוב ביותר.

"האמת היא שברגע הראשון הרגשתי נקיפות מצפון", מודה רחלי. "האם אני לא יכולה לספק לו אפילו מגירה פרטית שתהיה רק שלו? הוא אמור לישון על רכוש? אבל כשהצעתי לו לקבל את אחת המגירות, הוא דווקא סירב ואמר: 'ככה הכי נוח לי, ככה הכי טוב'."

גם נעמי הגיעה למסקנה שהילדים שלה זקוקים לשטח פרטי, וזהו אחד הדברים שהיא מקפידה לספק להם כבר מגיל שלוש. "הילדים בבית יודעים שלכל אחד יש מגירה משלו. לילדים הקטנים יש 'מגירת כתר' מפלסטיק בשביל האוצרות שהם מביאים מהגן, אבל לגדולים יש מרחב שלם - מדף או ארון סגור ונעול, כל אחד בהתאם לצורך. הגדיל לעשות הבכור שלי שהוא ילד מסודר מאוד, שבנה לעצמו ארונית ובה הוא מאחסן את כל זיכרונותיו וחפציו, כולל מחברות מלפני עשר שנים. זה הצורך שלו, ואני מקבלת זאת בכבוד ובהבנה".

ומה קורה בבתים שבהם פחות אפשרי לתת לילד מרחב אישי שיספק אותו? מה קורה כשצפוף ועמוס, והילדה לא מוצאת מקום שבו היא תוכל להסתיר את הפתק עם ההערה מהמורה, או לשוחח בשקט בטלפון בלי שיאזינו לה, או אפילו סתם כך לקרוא ספר בריכוז ובנחת? מה עם מצבים שבהם הילדים זקוקים לפרטיות, אך לא תמיד מתאפשר לנו לספק אותה?

מקום שמור

"ילד צריך פרטיות", מסכימה מנחת ההורים בתיה וגשל. "הוא צריך מקום שמבחינה רגשית יהיה רק שלו, ושהוא יוכל להיות בטוח שאף אחד לא חוקר או עוקב אחריו. אבל המושג 'מגירה פרטית' או 'ארון רק שלי' הוא לא מהות העניין, אלא רק נספח וביטוי למשהו עמוק ופנימי יותר. כי כשמדברים על פרטיות של ילד, הכוונה אינה רק טכנית, אלא הרבה יותר עמוקה".

בתיה עוצרת, ומבקשת להבהיר כי בדורנו מקובל מאוד 'לדבר רגשות', והדבר גורם לא פעם לחלק מהאימהות לעודד את ילדן 'לדבר ולשוחח' עד כדי פלישה למרחב הכי פרטי שלו. "הילד חוזר מהגן או מבית הספר, ואמא רק

מחכה כל הזמן שהוא ישתף בתחושותיו ובמה שעובר עליו, ולאחר מכן היא מנסה לתת כמה שיותר עצות ולהשתתף, בלי לשים לב שלפעמים יש כאן פלישה לא כל כך מכבדת למרחב האישי", מסבירה בתיה. "אני ממליצה לכל אמא לבדוק את עצמה בנושא, כי עוד הרבה לפני שהיא דואגת לארון או למכתבייה פרטית לילד, חשוב שלילד תהיה אפשרות לשמור את הרגשות שלו לעצמו, ושנכבד את הצורך שלו בכך.

"מובן שלצד זאת חשוב להשאיר את הדלת פתוחה, כדי שהילד ירגיש שהוא מוזמן תמיד לבוא לדבר, ואם הוא משתף - כדאי להתעניין ולעודד אותו, כדי שלא יצטבר בתוכו ים של רגשות לא נעימים. אך עם זאת, הפרטיות שלו צריכה להישמר, ועלינו לכבד אותה.

"אגב, זה גם המקום לציין שלחלק מהאימהות יש נטייה לעיתים לחפש בחפציו של הילד כדי לבדוק אם הוא לקח משהו חלילה בלי רשות. גם זה עלול להתפרש כחדירה לשטח הפרטי. בנוגע לכך אפשר להיות רגועים ולדעת שאין ילד שלא עובר את השלב שבו הוא לוקח דברים ללא רשות, והתפקיד שלנו הוא לא לחטט בחפציו ולגעור בו, אלא לתת בו את מלוא האמון והביטחון. אם לא נתייחס - זה יעבור מהר מאוד, בעזרת השם, ואני אומרת זאת מניסיון של אימהות רבות".

"פינה פרטית בבית היא דבר נחמד שבוודאי יכול לתרום לילד, אך מכאן ועד להפוך את זה לצורך קיומי הדרך ארוכה", טוענת דקלה יוספסברג, מנחת הורים. "מיותר להזכיר איך חיו אנשים בעבר, בדירות של שני חדרים עם עשרה ילדים, ודווקא משם יצאו גדולי עולם, ללא שום חסך או טראומה. לא שאני מתנגדת לכך שיהיו לילד מגירה או מדף השייכים לו, אך יש משהו בעייתי בהנחת היסוד הזה שהופכת את זה לתנאי קיומי בבית.

"אני מציינת זאת, כי לעיתים קרובות אני שומעת מאימהות כמה קשה להן עם העובדה שאין מספיק מקום בבית, או שנולד אח חדש ולא נשארת פינה פרטית לילד הגדול, ואפילו שמעתי טענות על כך שיש שני ילדים בחדר, ואין חדר פרטי לכל אחד'. הגישה הזו כל כך מוטעית בעיניי: הרי הסיבה לכך שלילד אין פינה פרטית היא שהוא זכה שיהיו לו אחים נוספים שחולקים איתו את הבית, זוהי המתנה הכי גדולה ומשמחת שיש בעולם. אז למה להסתכל על כך כבעיה? למה לחשוב בכלל שיש צורך כזה? "כשאימהות שואלות אותי כמה ילדים צריכים להתגורר בחדר, אני תמיד משיבה: 'כמה שיותר', ומאמינה בכך באמת. ראיתי זאת מקרוב כאמא לבנות שהיו שותפות יחד למיטת הקומתיים המשולשת - כל היום הן שיחקו יחד, כשכל אחת תופסת 'קומה' אחרת במיטה, והן משחקות כאילו הן שכנות שעוברות מקומה לקומה. נכון שהיו גם מריבות, וזה בסדר, אך זה היה מרתק ומהנה, ורחוק כל כך מלהיות אנוכי ומצומצם".

נוסחה למדידת שטח

זה שמקום אישי לילד הוא דבר חשוב, כבר הבנו. אבל מה צריך להיות גודל המקום הזה? תופתעו מהתשובות.



בתיה וגשל, מנחת הורים: "המושג 'מגירה פרטית' או 'ארון רק שלי' הוא לא מהות העניין, אלא דק נספח וביטוי למשהו עמוק יותר. כי כשמדברים על פרטיות של ילד, הכוונה אינה רק טכנית, אלא הרבה יותר עמוקה"



"אם תשאלו אותי - כבר הגעתי למסקנה מהו מרחב המחיה שכל ילד צריך", אומרת תמר, אם לארבעה המתגוררת בדירת שניים וחצי חדרים. "זו מסקנה הומוריסטית שהגיעה לאחר שבאחד הימים קיבלנו משלוח של עופות בקרטונים. הילדים שיחקו באחד הקרטונים כל הצהריים, וכשהלכו לישון, גילינו שבת השלוש נרדמה מכווצת בתוך קרטון. 'את רואה?' אמר לי בעלי, 'זה מה שילד צריך - קרטון של תשעים על שלושים סנטימטר'."

"מקום פרטי לילד הוא לא דווקא ארון או מגירה", מסכימה בתיה, "לפעמים אפשר להסתפק בקופסת נעליים שהוא יאחסן בה את חפציו, אפשר גם לייעד לכך תיק ישן של בית ספר, והאמות היא - שהכי טוב שנשאיר לילדים שלנו את הבחירה, כי הם כל כך יצירתיים, ובוודאי ימצאו בקלות את הדרך הנכונה עבורם לאחסון החפצים. "כדאי גם לתת את הדעת לנושא פרטיות של מרחב - למשל כשילד רוצה לקרוא ספר בשקט או לשוחח עם חבר בטלפון בלי שיהיו עדים לשיחה. נכון שבבית קטן ועמוס זה נראה לפעמים בלתי אפשרי, אך בואו ניתן לילדים שלנו למצוא פתרונות, כי הם קיימים תמיד וצריך רק לנצל אותם. חשוב לי להדגיש שאנחנו כאימהות לא צריכות לייצר לילדים את המקום שלהם בבית, ואם הם רוצים באמת שיהיה מקום פרטי שלהם - עצם העובדה שהם יזמו, יהפוך אותו לכוז".

בתיה גם מבהירה כי בית קטן אינו בהכרח חסר פרטיות, וכן להפך - דירה גדולה אינה מבטיחה פרטיות יתרה. "סיפרה לי פעם בוגרת של אחד הקורסים שלי שהם עברו לדירה גדולה יחסית, ובכוונה התקינו בכל חדר מצלמה במעגל סגור, כדי שתסייע להם לדעת היכן הקטנים נמצאים. אמרתי לה שאני ממליצה לה בחום לסכם עם הילדים הגדולים שלה, שבכל פעם שחשוב להם להיות לבד - שידאגו לנתק את המצלמה. כי לא כל בני הבית אמורים להיות שותפים בכל רגע שלהם.

"לפעמים יש ילד שרוצה להיות קצת לבד עם עצמו או בחדר עם חבר, וזה בסדר גמור, חלק מההתפתחות הבריאה שלו. מי מאיתנו כילד לא רצה לפעמים לצחוק עם החבר או לגלות לו סודות, או סתם כך לנסות דברים בלי שיצפו בו? זה כל כך טבעי, ואין שום צורך לחשוש מלאפשר לילדים להיות עם עצמם".

יותר מדי לבד

התשובות הנ"ל נשמעות מאוד חד משמעיות. מעניין לבדוק האם הן נכונות לכל ילד - או שיש ילדים שזקוקים לפינה פרטית יותר מאשר ילדים אחרים, ומה זה אומר עליהם.

"אין כזה דבר ילד ש'חייב פינה פרטית'", מדייקת דקלה. "אמא היא היחידה שמחליטה על הערכים וההנהגות בבית, היא שמרגישה מה נכון, והילד מצטרף אליה. היא כמו בן יכולה לתת לו אם מתאים ונכון בעיניה, אך לא מתוך מסכנות וצורך, אלא מתוך רצון לפרגן ולתת".

ובכל זאת, יש ילדים שנראה שהם יותר מדי חותרים לפרטיות, מתבודדים ומחפשים כל הזמן את ה'לבד'. זה אמור להדאיג?

"כל ילד בטבעו אוהב לשחק עם חברים", מבהירה דקלה, "ואם אנחנו רואים שהילד אינו כזה, כדאי שנשאל את עצמנו מה הוא מרוויח מכך. אולי הוא מתבודד מכיוון שלא מוצא את הדרך הנכונה להצטרף למשפחה בצורה תקינה? אולי הוא גילה שכאשר הוא בצד כולם מרחמים עליו, ואמא מפנה אליו יותר תשומת לב, או אפילו כועסת עליו: 'תצא כבר מהחדר ותלך לשחק עם כולם'? מובן שלא מדובר בהחלטה מודעת, אלא בתת מודע שלו. ישנם בתים שבהם שווה להיות ילד שמסתגר ומתבודד, זה שהלב של אמא יוצא אליו.

"אני נתקלת גם במקרים שבהם אמא דאגה מאוד לילד או לילדה שלה, שהתבודדו כל הזמן וחתרו לפרטיות, אך כאשר היא נרגעה והבינה שהילדים אינם מנוודים או מבודדים, אלא זה סוג של תחפושת, היא שינתה את הגישה, וממילא הילדים נפתחו יותר.

"כך היה לבחורת סמינר מוכשרת ומוצלחת שנכחה בבית תמיד בפרצוף חמוץ, והעדיפה בכל הזדמנות להסתגר ולהתבודד. גם על היציאות המשפחתיות היא ויתרה והעדיפה את ה'לבד'. במקרה הזה ליוויתי את הבחורה עצמה, וכששוחחנו על כך התברר שגם במסגרת הלימודית היא תמיד לבדה, חותרת לפרטיות באופן קיצוני.

"כשניסינו לנתח את העניין, הבנו שהיא מרגישה תמיד שהיא צריכה להיות 'הכי טובה ומצטיינת', ונלחצת מאוד כשזה לא קורה. מבחינתה אם היא תהיה שבעים אחוז זה לא שווה לה, והיא מעדיפה לא להיות בחברה ובמעגל המשפחתי, העיקר שלא לחוות את שבעים האחוז במקום את מאת האחוזים.

"ביקשתי ממנה לעשות 'תרגיל חברתי קטן' ולהחליט שפעם אחת ביום היא יוצאת מתוך הקונכייה שלה, מדברת ומתקשרת. גם אם יגידו שהיא טיפשה, גם אם לא תהפוך למסמור הכיתה. בסופו של דבר התרגיל הזה הוביל לשינוי מקצה לקצה, והבדידות התגלתה כתחפושת לצרכי הגנה". וכמוכן אנחנו לא מדברים על ילדים עם קשיים חברתיים מורכבים אמיתיים שדורשים התייחסות שונה.

ובתיה מדגישה: "יש ילדים שמדליקים נורה אדומה בשאיפה שלהם לפרטיות, ובעצם ההתנהגות שלהם הם מפגינים זאת, כשהם מנסים כביכול להסתיר, להתבודד ולא לשתף. במצבים כאלו נדרשת מאיתנו עבודה הפוכה בדיוק - לא לחשוש מכך שהילד לא בסדר או שהוא חייב טיפול, אלא לאפשר לו מרחב של ביטחון, כדי שהוא ירגיש בטוח עם עצמו. ברגע שהוא יבין שאנחנו, כאימהות, לא חוששות ונבהלות מפניו, ממילא גם הוא לא ייבהל מעצמו. כי אמא שרוצה באמת ליצור מרחב פתוח לילד שלה, צריכה להעניק לו את התחושה שזה בסדר גמור לא לשתף אותה בכל מה שקרה לו. כך הוא ירגיש שאמא יציבה ולא היסטרית איתו ביחד, וממילא הוא ירגיש פתיחות ויכול לשתף אותה במה שעובר עליו".



ד"ר אילה אלבאז, עו"סית קלינית: "התופעה של הסתגרות קיצונית אצל בני נוער מוכרת מאוד, ויש לה אפילו שם מקצועי - 'היקיקמורי'. במצבים כאלו נידרש להתגייס לעזרתו של הנער. אבל כשלא מדובר במקרה פתולוגי אין צורך לחשוש, כי מידה מסוימת של סודות נחוצה בשביל גיבוש הזהות"



הפינה שלך מחכה לך

"כשבחורי הישיבות שלנו, שמעבירים את רוב זמנם בישיבה, חוזרים הביתה - בין אם זה קורה מדי יום, ובין אם אחת לכמה שבועות - לפעמים התחושה היא שזה לא באמת הבית שלהם", אומר אוריאל בלמס, יועץ חינוכי, פסיכותרפיסט ומנחה הורים. "אומנם הם חלק מהמשפחה, אך לעיתים קרובות הם מרגישים יותר כמו אורחים, שכן מרכז החיים שלהם במקום אחר".

מה נוכל לעשות כדי לסייע להם לחוש את הפרטיות שלהם? בלמס מציע כמה דרכים:

//הגדרת פינה מיוחדת// כדאי מאוד להגדיר פינה בבית, בחדרו של הבחור או במקום שיש לו זיקה מיוחדת כלפיו, כמו הפינה עם האורגן שלו או המכתבייה שלו וכדומה. בני הבית יודעים שבפינה הזו לא נוגעים, וגם אם באים חברים או בני דודים, או שמארחים אורחים - לא מתעסקים בה. //תיאום ציפיות// כשמדובר בבחור שנמצא מחוץ לבית ומגיע רק לשבתות, חשוב לערוך תיאום ציפיות ולברר לפני שהוא מגיע: "מה אתה מצפה שיהיה בשבת הזו? האם אתה מעדיף שנהיה במסגרת משפחתית מצומצמת, או שנזמין את הנשואים והנכדים?" לפעמים זה ייראה קצת מלאכותי, אך במקרים רבים נגלה שזו הדרך הנכונה ביותר להבין מה הוא באמת רוצה, ובעיקר - זה מכבד אותו ומעביר לו תחושה שאנחנו שמחים שהוא בא, וחשוב לנו לתת לו את מלוא הפרטיות.

//הצבת גבולות// ייתכן שבזמנים רגילים אנחנו זורמים עם מה שקורה. הדודים מבקשים להשאר אצלנו את ילדיהם הקטנים? זה לא מתאים לנו, אבל אנחנו מאפשרים זאת... הקטנים הופכים את הבית ובונים אוהל בסלון? אנחנו עוצמים עיניים... אבל לא כל מה שמותאים לנו - מתאים גם למתבגר שמגיע הביתה לזמן קצוב בלבד, וצריכים להכיר בצרכים שלו ובמרחב האישי שהוא זקוק לו.

//ניהול שיח// כשהבחור מגיע אנחנו רוצים לשמוע מה שלומו ומה עובר עליו בישיבה, אך כדאי שנזכור שעומס השאלות עלול להיות לא קל עבורו, והוא עלול לחוש שיוזרים יותר מדי לענייניו האישיים. חשוב לא להציף אותו מייד בשיחות ובדיבורים, לאפשר לו ראשית כל זמן של שקט, ובהמשך לעשות זאת בקצב שלו ובמינון המתאים.

//דעות ורעיונות// הענקת פרטיות היא לא רק באופן פיזי, אלא גם מבחינת נושאי שיחה, הבעת דעות ותפיסת עולם. המתבגר אמור להיות בסופו של דבר יחידה בפני עצמה. לכן, בשיחות כלליות סביב השולחן, יש להשתדל לאפשר לו להביע את דעותיו, ולא לחסום או לצמצם אותן.

חשוב לזכור: כאשר יש לאדם פרטיות והוא רואה שמכבדים אותה, הוא גם ילמד לכבד את פרטיות האחר, וזהו דבר חשוב ממדרגה ראשונה לכל בן ישיבה שנמצא עם חברים, ובהמשך יקים את ביתו בעזרת השם. זו הדרך לפתח תשתית בריאה ונכונה שתאפשר לו להכיר בפרטיות של הסובבים אותו ולכבד אותם, באופן שיהיה נעים גם להם לשהות במחיצתו. יחד עם זאת, לצד הפרטיות שאנו מספקים לבחור - חשוב שנדרוש ממנו שותפות בהווי המשפחתי, כולל גם מילוי חובותיו בבית, כפי שאנו דורשים מבני הבית האחרים, כדי שהוא יהיה חלק מהמשפחה כפי שכולנו רוצים.

מתבגר ומסתגר

הילד הקטן שלנו גדל, ונראה שהצורך בפינה פרטית גדל גם כן. ד"ר אילה אלבאז, עובדת סוציאלית קלינית, מחברת הספר 'עד הקצה' - מדריך להורים למתבגרים ולאנשי חינוך, פוגשת את הצורך הזה לעיתים קרובות בעבודתה.

"בני נוער מחפשים את הפרטיות שלהם ועושים זאת בדרכים שונות", היא אומרת ומפרטת: "זה יכול להתבטא במובן הטכני, כאשר הם מעוניינים ליצור שקט ומרחב לפעילות שלהם בבית, ויכול להתבטא גם באופן רגשי, לצד התפתחות הזהות הייחודית שלהם בגיל ההתבגרות. אגב, זו אחת הסיבות שבשלה רבים מבני הנוער ערים בלילה ויוצרים לעצמם מרחב שבו יש חופש פעולה אחר מהמשפחה", היא מסבירה.

"כדאי לשים לב שנערות רבות מתלוננות שארון הבגדים שלהן אינו פרטי ושהאחיות שלהן 'גונבות' להן את הלוק", מעלה אילה נקודה נוספת. "זוהי בעצם הדרך שלהן להעביר לנו את המסר שהן רוצות קצת להיבדל, להיות לבד, ולא רק חלק מקבוצת האחיות. גם אצל נערות ששמחות לחלוק עם אחיותיהן פריטי לבוש, נשים לב בדרך כלל שיש פריטים שהן משאירות לעצמן בלבד, בדיוק מאותה סיבה - הן צריכות גם פרטיות שלהן בלבד".

ומה עם מצבים שבהם חוסר השיתוף הוא בדברים מהותיים יותר, כמו סודות פרטיים שנשמרים מההורים, קניית חפצים מסוימים והסתרתם, וכדומה?

"כל הורה לבני נוער מודע לכך שיש להם סודות משלהם. אלו יכולים להיות אכן חפצים שנקנו מכספם ושאינם רוצים לשתף בהם, אך גם יכולים להיות מבחנים, דפים, פתקים, התכתבויות ועוד הרבה דברים שהם שומרים לעצמם, וכמוכן - שיחות עם חברים ש'חייבות' להיות רחוקות מכל אוזן ששומעת. כל זה מצב תקין לגמרי, ולא רק שאינו בעייתי, אלא הוא אפילו נחוץ למתבגרים".

אילה גם ממליצה להורים לאפשר לבני הנוער את הפרטיות הזו: "אומנם לא כל בית יכול לתת לכל נער מתבגר חדר משלו, אבל כדאי שנשים את הדגש על יצירה של מרחב פרטי. ברגע שלנער או לנערה תהיה פינה בבית שבה הם יכולים להירגע, לנוח ולשמור על הפרטיות - זה די והותר. נוסף על כך, חשוב שנדע לכבד את אותה פינה, ואם ייעדנו אותה למטרה הזו, אז לא נשתמש בה כתחליף לדברים אחרים".

אם הבית קטן ועמוס, ממליצה אילה לבדוק מה הרגישות ומהי הקריאה של בני הנוער אלינו כהורים. "פעמים רבות הם 'אותתו' – לעיתים בצורה קולנית או בכעס - מהם הגבולות שעליהם הם מבקשים לשמור: האם הגבול הוא ארון הבגדים? האם הגבול הוא בשיח? האם החפצים שלהם נשמרים לעצמם? בואו נקשיב לשדר שלהם, ובהתאם לכך נייצר אווירת מרחב פרטי בבית, שבה בני הבית מכבדים ולא לוקחים חפצים או מחטטים באזורים שלא שייכים להם. "נוסף על כך, בכך שאנו כהורים מאפשרים למתבגרים לשמור על המרחב שלהם, אנחנו גם מביעים בהם אמון, מה שחשוב כל כך בגיל הזה, כשהם רוצים לחוש שמתייחסים אליהם כמבוגרים צעירים ושסומכים עליהם. בכך שאנו מאפשרים את הפרטיות ומכבדים אותה בלי לשאול ולגשש, אנחנו ממחישים להם את הכבוד שהם מקבלים".



דקלה יוספסברג, מנחת הורים:
“פינה פרטית בבית היא דבר נחמד
שבוודאי יכול לתרום לילד, אך
מכאן ועד להפוך את זה ל’צורך
קיומי’ הדרך ארוכה. לא שאני
מתנגדת לכך שיהיו לילד מגירה
או מדף השייכים לו, אך יש משהו
בעייתי בהנחת היסוד שהופכת את
זה לתנאי קיומי”



הקשר צריך להישמר
”מודברים הרבה על כך שיש לתת לבני הנוער את המרחב
הפרטי שלהם, ולכן לא דאגתי כלל כששירה שלי הלכה
והסתגרה”, מספרת בת שבע על בתה בת השש עשרה -
הבת הקטנה במשפחה. ”היא הייתה חוזרת מדי יום הביתה,
נכנסת לחדר ונועלת את הדלת. איש לא הורשה להיכנס.
באופן כללי הבית שלנו די שקט בימות השבוע, כי אין לנו
ילדים קטנים ואני חוזרת מהעבודה מאוחר. היה נראה לי
הגיוני ששירה תחפש לעצמה תעסוקה לבד בחדר, והנחתי
לה.”

בת שבע מדגישה שהיא משתפת בדברים כי חשוב לה להניף דגל אדום. “אל תקבלו אף פעם מצב שבו הילדים שלכם נמצאים יותר מדי זמן עם עצמם”, היא מבקשת. “מותר להם לרצות להיות לבד ולא עם בני הבית, אך אם הם גם ללא חברים - זה אמור להדליק נורת אזהרה. במקרה שלנו שירה הייתה לבד, עם עצמה, במשך חמש ואפילו שש ושבע שעות מדי יום. הייתי שואלת אותה מה היא עושה שם כל הזמן, ומקבלת תשובות בנוסח: ‘ישנה’, ‘לומדת למבחנים’, ועוד דברים שנראו לי סבירים והגיוניים בגיל הזה. “באחד מימות הקיץ שכנעתי את שירה לצאת איתי לים. שירה להפתעתי הגיבה בחיוב, ויצאנו לשם יחד. ואז קרה דבר שהבהיר לי בבת אחת את חומרת המצב - בים הייתה קבוצה גדולה של בנות מהכיתה של שירה. הן ראו אותה, אבל אפילו לא התייחסו אליה, כאילו היא אוויר. “ניסיתי לדחוק בשירה להיות עם החברות, אבל היא פשוט קפאה. לא הייתה מסוגלת לגשת אליהן. כן. בנות מהכיתה שלה. באותו רגע כבר החלטתי להתערב. יצרתי קשר עם אחת מהנערות ודרשתי לדעת - ‘מה פשר ההתעלמות, ומה הוביל לכזה מצב?’ התמונה שהצטיירה אכן הייתה מדאיגה. התברר שקיים חרם סמוי סביב שירה מאז שנכנסה לכיתה ט’, וכל זה התגלה לי רק כשהיא הייתה לקראת סוף כיתה י”.

“אלו בהחלט מצבים שעלולים להתרחש מתחת לאפינו ממש”, סבורה אילה אלבאז. “התופעה של הסתגרות קיצונית אצל בני נוער מוכרת מאוד, ויש לה אפילו שם מקצועי - ‘היקיקימורי’. במצבים החמורים עלול ההיקיקימורי להתקשר להתמכרות למשחקי מחשב שונים ולעוד פעילויות שנערים עלולים לעשות כשהם לבדם במשך שעות. במצבים כאלו נידרש כמוזן להתגייס לעזרתו של הנער כדי לקטוע את התופעה כבר בראשיתה, לעיתים יהיה צורך בסיוע מקצועי.

“אבל כשלא מדובר במקרה פתולוגי, אין צורך לחשוש, ואף יותר מזה - נרצה לאפשר גם לבני נוער שמעורבים בבית את הפינה שלהם ואת המרחב שבו הם לא צריכים למלא תפקיד אלא לנוח ולהיות עם עצמם, כי מידה מסוימת של סודות נחוצה גם בשביל גיבוש הזהות.”

אין נדע להבדיל בין מצבים של הסתגרות ופרטיות שתואמת גיל, לבין מצבים שעלולים להדאיג?
”הדאגה שלנו היא מכך שלעיתים הסתגרות, מרחק
וסודות - משקפים מצב שבו יש יותר מדי דברים שאנו לא
יודעים הילדים שלנו. איך שומרים על הגבול הדק הזה שבין
השמירה על המרחב הגאוגרפי, הפיזי וגם הנפשי של הנער

- לבין הדאגה לשלומו? הרעיון הוא שהקשר של הנער איננו כהורים, חייב להיות קיים תמיד, גם אם הוא לא נמצא הרבה בבית, גם אם הוא עם חברים בעיקר, וגם אם הוא מעדיף להתבודד.

”מתוך הקשר הזה, שימשיך להיות קיים בערוץ שבו יבחר הנער, ננסה לסלול את הדרך אל ליבו, מתוך כבוד לפרטיותו. לעיתים זה יהיה באמצעות שיח ניטרלי על נושאים אחרים, ולא על הנושאים הכי כאובים ומאתגרים. כך נמשיך להיות משמעותיים עבור הילד שלנו, אך לא נלחיץ או ניתן תחושה שאנו פוגעים במרחב המחיה הפרטי. “ועוד דבר חשוב: מכיוון שבני נוער נוטים לשהות הרבה מחוץ לבית, נראה לעיתים שהאחים האחרים בבית ממהרים לתפוס את מקומם ולהשתמש בחפצים שלהם כמו הארון, המיטה וכדומה. דווקא בשלבים האלה בחיים חשוב שהדברים ייעשו ברגישות, כי גם כשהנער מתבגר והוא עם רגל אחת מחוץ לבית, הוא עדיין צריך להרגיש שייך, והמרחב האישי שלו עדיין משמעותי מאוד. לכן חשוב מאוד שהוא לא יאבד את המקום שלו ושתמיד יהיו לו המיטה והפינה שלו והחדר שמחכה לו עם הספרים והמגירות, כדי שימשיך להרגיש קשור לבית.”

הפרטיות של אמא

לפני סיום, אי אפשר שלא להתייחס גם אל האימהות. כי לא פחות מהילדים, גם אמא צריכה מרחב אישי ושקט לעצמה. מי מאיתנו לא חשה לפעמים שחסרה לה הפינה הפרטית בבית? כן, היא רוצה לשתות את הקפה לבד, בלי שהילדים חגים סביבה, ולקרוא את הספר על הספה אפילו שזו שעת צהריים עמוסה. היא זקוקה לפינה בבית שתהיה שלה בלבד, לזמן שלה, ובעיקר לפרטיות ולשקט שלה. האם ייתכן להפוך זאת למציאות?

שטח פרטי בקלות

איך אפשר למצוא “פינות פרטיות” בבתים עמוסים? יהודית שובקס, מעצבת פנים, טוענת שבעזרת מעט יצירתיות ומחשבה, ללא סיוע של נגר ובמינימום עלות, נוכל לעשות זאת בקלות:

- במרשתת יש מגוון זול ושווה של אביזרי אחסון. קופסה יפה או מגירת פלסטיק יוכלו לשמש לילדכם פינה פרטית משלו.
- יש לכם חלל לא מנוצל מאחורי הדלת? תוכלו לרכוש ארגונית אחסון שמתלבשת מאחורי הדלת עם חלוקה נהדרת. כל ילד יקבל תא משלו.
- על סלסילות אטומות, גדולות ויפות מתחת למיטת התינוק - בוודאי שמעתם. אפשר להשיג בכל חנות טמבור. הסלסילות יכולות להיות על גלגלים, ולהציע מקום אחסון פרטי לחפצים חשובים.
- אם יש לכם מגירה צרה מתחת לשלישיית המיטות של הילדים, תוכלו לרכוש קופסאות צבעוניות סגורות ושטוחות ולהניח בה. כך לכל ילד תהיה קופסה בצבע שלו, שם הוא יאחסן את חפציו.
- יש לכם מדפים בארון עם פער מיותר בין מדף למדף? בעזרת מדף ארגונית תפתרו את הפער - ותוסיפו מקום אחסון נסתר ומצוין, עבור ילד אחד או יותר.
- אם יש לכם כוורת בחדר או מדפים, ואתם מעוניינים לחלוק אותם בין כמה ילדים - תוכלו להשתמש בחוצצים או במדפים צבעוניים. כך תהיה הפרדה מוחלטת בין החפצים.
- אם אתם לפני רכישת מיטה, נסו לבדוק את האופציה של מיטת קומתיים. מיטה כזו מזמינה פטנטים רבים של אחסון - מגירות, שולחן כתיבה נשלף ואפילו ארון.

”כשבאה אלי אמא ומתלוננת ש’אין לה דקה של פרטיות
ושקט’, השאלה הראשונה שאני שואלת אותה היא: ‘את
חושבת שמותר לך שתהיה לך דקה בשביל עצמך?’”
משתפת דקלה. “התשובה היא תמיד ‘לא’, ואחריה מגיע
פירוט של העומס הרב, כי מתברר שגם אם היא עושה
מאמץ לנוח קצת או להתאוורר, היא עושה זאת עם כל כך
הרבה ייסורי מצפון. יש אימהות שאפילו לא מאפשרות
לעצמן לשכב במיטה כשהן חולות, מרוב דאגה והתמסרות
לבית ולילדים.

”אני תמיד מדגישה לאותה אמא: ‘אם את חושבת שלא
מגיעה לך פרטיות, ברור שלא תקבלי אותה. אבל אם
תרגישי באמת שאת אמא טובה ונפלאה גם אם את מנהלת
שיחת טלפון, וגם אם את מרשה לעצמך לצאת להליכה עם
חברה או לשתות כוס קפה - עוד תראי שאף אחד מהילדים
לא יציץ. באופן אישי יש לי כלל - אני הולכת לנוח בשעות
הצהריים, ומבהירה לילדים שלי: ‘תעירו אותי רק אם המשיח
יבוא’, ובאמת מתכוונת לכך. כי המנוחה שלי חשובה לי,
וברגע שאני מייקרת אותה בעיני עצמי, גם הילדים חשים
כך.”

ואילו בתיה מוסיפה: “חשוב שכל אמא תבין שלטובת עצמה, ולא פחות מזה - לטובת ילדיה, חשוב מאוד שהיא תתאמץ למצוא לעצמה פרטיות ולא תהיה בתחושת ‘התקרבות’ בסגנון ‘אין לי פינה בבית ואין רגע של שקט’. נתקלתי בלא מעט מקרים שבהם אימהות סיפרו לי שהן לא יכולות לעזוב את הילדים לשנייה בשל האחריות לשלומם, אך ברגע שהן עשו עבודה פנימית והבינו את הצורך ברגעים פרטיים לעצמן, הן גילו שהן יכולות לצאת לשיעורים, לנוח ולהתאוורר, והילדים מסתדרים מצוין. אין דבר כזה ש’לאמא אין פינה עבור עצמה’, כי הפינה הזו היא לא טכנית, אלא נמצאת בעיקר בראש ובמחשבה.” ●