

## כיצד נעזור לילדנו להסתדר בכתה, כשאנחנו לא שם לידו?

כתבה: קרן פרדו

את המאמר הזה אתחיל בסיפור. הסיפור בדוי אבל גם אמיתי שכן הוא מתבסס על חוויותיי בשנות עבודתי עם הורים. הסיפור אמנם מתייחס לילד גן עם קשיי התנהגות, אבל המסר שבו יכול להתאים לילדים בכל הגילאים, הן לסוערים והן לשקטים ולממושעמים, ואפילו לנו, המבוגרים.

מיטל ועידו, ההורים של יונתן, הגיעו אלי מתוסכלים ומודאגים.

"כמעט מדי יום מתלוננים על יונתן בגן", הם סיפרו. "הגננת טוענת שהוא חסר סבלנות, מתרגז בקלות, ומכה חברים". עידו הוסיף: "הוא ילד שובב, אבל בבית הוא לא ככה. אומרים לנו שאנחנו צריכים הדרכה אבל אני חושב שזאת העבודה של הגננת לטפל בזה".

"מה יהיה בכתה א'?" שאלה מיטל. "כבר עכשיו מדביקים לו סטיגמה של ילד מופרע".

ההורים סיפרו על המשפחה ועל התפתחותו המוקדמת של יונתן. התרשמתי כי מדובר בהורים מסורים ומשתדלים ובילד בעל מזג אישי סוער, שמאז ומתמיד התקשה במצבים בהם לא קיבל את מה שרצה ומייד. בבית, הוריו למדו להסתדר איתו, גם אם זה חייב אותם לעתים קרובות "ללכת על ביצים". לעומת זאת, בגן, היתה ההתמודדות במסגרת קבוצה של ילדים קשה ומורכבת עבורו.

"כל בוקר אני מזכירה לו שוב ושוב להתנהג יפה בגן". אמרה מיטל, "וכשמודיעים לי שעשה משהו לא בסדר הוא לא יורד למטה, לא רואה טלוויזיה ולא משחק במחשב. אבל זה רק מרגיז אותו יותר והמצב בגן לא משתפר".

עידו הוסיף שגם להבטיח מתנות לא עוזר. "אני שואל אותו למה הרביץ לחבר", אמר, "ובדרך כלל הוא עונה שהחבר לקח לו, הרביץ לו או קילל אותו. כשאני שואל "ומה אתה עשית לו לפני זה?" הוא קם ויוצא מהחדר.

היה לי ברור שאם לא יחול שינוי, צפוי ליונתן סבל רב בהמשך דרכו במערכת החינוך. "ילד עם עוצמות אישיות כמו של יונתן מהווה אתגר חינוכי רציני לרוב ההורים", הסברתי למיטל ועידו. "ילד כזה מרגיש לפעמים כמו רכב עם מנוע של משאית ועם בלמים של אופניים: יש לו עוצמות אישיות ורצונות חזקים מאוד אך הוא לא פיתח יכולת מספקת לבלום את עצמו. דרושות שיטות חינוך מיוחדות בכדי לעזור לילד כזה לקבל גבולות, לדחות סיפוקים, ולהתמודד עם תסכולים. כמו רובם המכריע של בני גילו, אין דבר שהוא רוצה בו יותר, מלגרום לכם שביעות רצון וגאווה, אבל אם לא תעזרו לו, לא נראה שיוכל לממש את השאיפה הזאת. עבודתנו ביחד תלמד אתכם כיצד לעזור לו".

"הוא לא צריך לקבל שיחות עם פסיכולוג?" שאלה מיטל.

"אני מאמינה, שעבור ילדים צעירים, ההורים הם הפסיכולוגים הטובים ביותר", ענית. "תפקידי הוא לעזור לכם להיות הפסיכולוגים הטובים ביותר עבורו. אם תעשו את כל מה שביכולתכם בחינוך שלו בבית ועדיין לא ישתפר המצב במידה מספקת, נוכל לשקול דרכי פעולה נוספות, ביניהן שיחות עבור יונתן."

במפגשי עם עידו ומיטל, הם גיבשו כללי התנהגות לילדי המשפחה בכלל וליונתן בפרט, ולמדו כיצד לאכוף כללים אלה. התהליך שעברה המשפחה שווה סיפור בפני עצמו, אך כעת אתמקד בסוגיה שעלתה אצל ההורים לגבי תגובתם לאירועים שקורים במסגרת החינוכית, כשהורה אינו נוכח.

סוגיה זו הינה משמעותית מכיוון שקשה להורים לעזור לילדם עם בעיה שמתרחשת בתוך הגן או הכיתה, וזהו מצב שכל הורה נתקל בו. גם ילדים שמתנהגים כהלכה עלולים להתלונן שקראו להם בשמות גנאי, שלא שיחקו איתם, שהמורה לא אפשרה להם לענות למרות שהצביעו, שלקחו להם את העיפרון ועוד ועוד.

איך אנחנו כהורים יכולים לעזור לילדינו כשאנחנו לא איתם? גם אם ילד צעיר יכול לפנות למורה, פתרון זה מוגבל מאוד, שכן המורה לא מסוגלת להתייחס לכל הבעיות היומיומיות האלה, ובדאי שאין בו הכנה להתמודדות בוגרת יותר.

כיצד, אם כן, נפעל כהורים במצבים כגון אלה? בעקבות שיחותיי עם מיטל ועידו, הם ניסו שיטה חדשה. על כך אפשר ללמוד מאירוע שתיארה מיטל באחת מפגישותינו האחרונות: "אתמול חזר יונתן עצבני מהגן. כששאלתי אותו אם מישו הרגיז אותו, סיפר שעינב ישבה בכסא שלו במפגש ולא הסכימה לקום. כשדחף אותה כדי להקים אותה מהכסא, הגננת הענישה אותו".

"מיד רציתי להעיר לו ולחזור על ה"נאום" שאסור להרביץ ולדחוף בגן, אבל זכרתי את מה שדיברנו פה, והתאפקתי. במקום זה ניסיתי להיכנס לנעליו ואמרתי לו: "אתה רגיל לשבת באותו המקום. זה המקום שלך, הכסא שלך, ואם עינב תפסה לך, בטח כעסת ואולי גם לא ידעת מה לעשות".

"ראיתי שיונתן מקשיב לי. זה היה מוזר כי בדרך כלל כשאני מתחילה לדבר על דברים שקרו בגן הוא מכסה את האוזניים או קם והולך. אז המשכתי ואמרתי: "יכול להיות שהיית מבולבל ולא ידעת איפה אתה צריך לשבת, אם הכסא שלך תפוס. אולי כעסת, כאילו שהיא לוקחת משהו ששייך לך". חיכיתי רגע כמו שלמדנו, כדי שהמסר ייספג. ראיתי מין מבט מיוחד כזה בעיניים שלו והבנתי שהצלחתי לקלוע לרגשות שהיו לו באותו הרגע. ובמפתיע הוא עדיין היה קשוב!"

"ואז אמרתי בטון של השתתפות בצער: "ובסוף דחפת אותה ואת מי הענישו? מי סבל? לא עינב - אתה! לא פלא שאתה חזרת מהגן עצבני". יונתן נראה לי המום מהתגובה שלי ועוד לא ברח לחדר השני. הוספתי בקול אוהד: "חבל שזה קרה לך".

"רציתי להמשיך ו"להטיף לו מוסר" איך צריך להתנהג, אבל זכרתי מה למדנו והתאפקתי. יונתן הסתכל עלי במעין הכרת תודה והלך לשחק.

"מאוחר יותר, כשהיה לי רגע שקט ופרטי איתו, וראיתי שהוא במצב רוח טוב, המשכתי לדבר איתו כמו שלמדנו כאן. אמרתי לו: "אתה יודע, חשבתי על מה שקרה היום עם עינב והכסא. באמת היתה לך בעיה באותו הרגע ולא ידעת מה לעשות. אולי נחשוב מה אפשר לעשות בפעם הבאה שיקרה דבר כזה?"

"יונתן ענה מיד: "אגיד לסיגל". "כן", עניתי, "להגיד לגננת זה באמת רעיון טוב. אבל בוא נחשוב על עוד רעיונות מה אפשר לעשות במצב כזה". "אני יכול להרביץ לה יותר חזק כדי שתקום". ענה יונתן. "זה גם רעיון". עניתי. "איך אתה חושב שזה יצליח לך?" "יענישו אותי", ענה. "גם אני חוששת שזה מה שיקרה. חוץ מזה זה כואב כשמרביצים למישהו. אז זה כנראה לא הרעיון הכי טוב. אולי נחשוב על עוד רעיונות?" "אולי תשאג עליה כמו אריה?"

יונתן צחק ואמר "איזה רעיון טיפשי!"

"אולי אתה צודק", עניתי. "אז אולי לך יש רעיון יותר טוב?"

"אני יכול לקרוא ליוסי שיגיד לה לקום."

"ואם יוסי יגיד לה היא תקום?"

"כן, כולם עושים מה שיוסי אומר להם."

"אז זה כנראה עוד רעיון טוב. תראה כמה רעיונות יש לנו למה שאפשר לעשות! אולי יש לך אפילו עוד רעיון?" יונתן שתק.

"מה אתה חושב יקרה אם תצעק עליה חזק, שזה המקום שלך?"

יונתן חשב רגע. "אני לא יודע."

"מעניין לראות מה יקרה. אולי תנסה את זה בהזדמנות ונבדוק?" יונתן חיך אבל לא ענה.

"פתאום הוא אמר": "אני יודע! אביא עוד כסא ואשב ליד עינב!"

"כל הכבוד!" התפעלתי. "על רעיון כזה חכם לא הייתי חושבת בחיים! אני לא מאמינה כמה רעיונות היו לנו איך אפשר לפתור את הבעיה הזאת!"

יונתן שתק. המשכתי: "בפעם הבאה שיקרה דבר כזה, אולי גם אז יהיה לך רעיון איך לפתור את זה מבלי שיכעסו עליך. אל תשכח להגיד לי מה עשית ואיך זה הצליח לך."

"סיימתי את השיחה כמו שאמרת לנו": "כי אני לא מסכימה בשום אופן שתרביץ לילדים בגן או תדחוף אותם. זה כואב להם וזה לא מקובל עלי."

"יונתן הביט בי במבט רציני והלכנו לאכול ארוחת ערב. אני לא יודעת אם כל זה יעזור לו אבל לפחות הוא הקשיב לי."

"גם אני לא יודעת אם זה יעזור לו באופן מיידי", עניתי, "אבל אני משוכנעת שיונתן יהיה מוכן יותר לשתף אותך בחוויותיו. אני גם חושבת שאם תמשיכי כך, יונתן במקום להרביץ, ידמיין איך הוא מספר לך מה קרה ומקבל תגובת השתתפות בצער. כשידמיין את זה, פתאום לא

יהיה חסר אונים ולבד, ויצליח להרגיע את עצמו בו במקום. זהו תהליך של הפנמת הקול המפרגן של אימא".

זהו אינו סוף הסיפור אלא רק התחלתו. כעת יצטרכו ההורים להתמיד בגישה החדשה לתקופה לא קצרה. כולי תקווה שליבו של יונתן יתרחב בהדרגה, עד שיוכל להכיל את העוולות הקטנות של היומיום ולהמתין להזדמנות לשתף בהם אדם קרוב, במקום להתפרץ באופן מייד. נאחל לו שכך יהיה.

### **מה אפשר ללמוד מן הסיפור?**

הסיפור מדגים שלבים בתגובה של הורה על אירוע שקרה לילדו כשהורה לא היה נוכח. כעת אפרט את שלבי התגובה של הורה, ואדגים כל שלב, הפעם עם דוגמה מסוג אחר.

#### **• הילד מספר את האירוע:**

"אבא, מחר על הבוקר אתה בא לביה"ס! המורה לא הסכימה להוסיף לי נקודה לציון במבחן במתמטיקה, למרות שהיא טענה בתיקון המבחן! היא אפילו אמרה לי שאני מתחצפת! היא החוצפנית!"

• תגובת ההורה מראה שהוא מבין את משמעות האירוע עבור הילד, גם אם ההורה רואה את זה אחרת:

"את למדת כל כך הרבה למבחן הזה, והציון היה מאוד חשוב לך! אני רואה איך את כל הזמן מחשבת את ממוצע הציונים שלך וחוששת שמהו יקלקל לך. לא פלא שאת מעוצבנת".

• אם הילד מסכים להקשיב, ההורה ממשיך ומציין איזה רגשות להערכתו התעוררו בילד בזמן האירוע:

"הלימודים כל כך מלחיצים. זה מתסכל מאוד עבורך להפסיד אפילו נקודה אחת סתם ככה. חוץ מזה, את כנראה הרגשת שזה ממש חוסר צדק".

• הילד עשוי לאשר, או לספר איך הרגיש. ההורה יקשיב ויכבד כל רגש שיש לילד, גם אם ההורה רואה את המצב אחרת. אם הילד ממשיך להקשיב, ההורה מתייחס למחיר שהילד שילם על התנהגותו באותו הרגע, ומצטער על כך, מבלי להצדיק את הילד:

"ובסוף, במקום שהצדק ייצא לאור, עוד אומרים שאת מתחצפת. חבל שהיית צריכה לעבור את זה."

• ההורה מחכה עד שהילד רגוע ומסוגל לשוחח על האירוע בהגיון, (אולי רק למחרת) ואז מבקש להמשיך לדון בכך:

"חשבת על מה שקרה עם המורה למתמטיקה. שאלתי את עצמי מה אפשר לעשות במצבים כאלה, כדי שלא תצאי כל כך מתוסכלת".

• אם הילד משתף פעולה, ההורה והילד מדברים על אופציות לפעולה בעקבות האירוע שקרה או לקראת אירועים דומים בעתיד. ההורה עוזר לילד לבחון יתרונות וחסרונות של

כל אפשרות:

הילדה: "אני לא צריכה לעשות כלום. המורה צריכה להיות הוגנת ולתקן את עצמה".  
ההורה: "הלוואי שכל מי שטועה היה הוגן והיה מתקן את עצמו. אבל זה לא תלוי בנו.  
השאלה היא מה את רוצה לעשות כדי לצאת יותר טוב ממצב כזה, גם אם הוא לא הוגן".  
הילדה: "אתה צריך לבוא לביה"ס לדבר עם המורה".  
ההורה: "זאת אפשרות. נצטרך לחשוב אחר כך אם זה כדאי לך".  
הילדה: "אז מחר אגש לרכזת המתמטיקה להתלונן עליה".  
ההורה: "זאת אפשרות. מה לדעתך יהיו התוצאות? את חושבת שאז היא תתקן את הציון?  
האם זה עלול להרגיז אותה עוד יותר? האם היא עלולה להגיד שאת קטנונית?"  
(תסריט אחר):

הילדה: "עזוב, זה כבר נגמר. נעביר את זה".  
ההורה: "לדעתי זה בוגר מצידך לא להיתפס לדברים קטנים, אבל המורה קראה לך חוצפנית.  
את רוצה לנסות ליישב את זה איתה? את חושבת שחשוב לשמור איתה על יחסים טובים?"  
הילדה: "באותו רגע נורא התרגזתי ובאמת דיברתי אליה לא יפה. כדאי שאתנצל ואז היא  
תתקן לי את הציון".

ההורה: "אני חושב שאם לא דיברת יפה, באמת מתבקש להתנצל, ואני גאה שחשבת על זה.  
בואי נחשוב מה יכולות להיות התוצאות..... ואם היא לא תתקן את הציון..."

• ההורה משבח את הילד על יכולת פתרון הבעיות שלו ומבקש שיספר לו איך פתר את  
הבעיה הנוכחית או העתידית:

ההורה: "מאוד התרשמתי מהדיון הבוגר שעשינו ועל כך שיכלנו לבדוק אפשרויות שונות.  
תספרי לי מחר (או בפעם הבאה) איך התמודדת עם המצב הזה (או עם המצבים המעצבנים  
מסוג זה)".

• ההורה מסיים עם אמירה ערכית ברורה לגבי ההתנהגות הצפויה מילדו:  
ההורה: "...כי אני מצפה ממך לכבד את המורים שלך ולמצוא דרכים לפתור איתם בעיות  
מבלי להתחצף, אפילו כשאת כועסת, ואולי בצדק. התחצפות זאת התנהגות שלא מקובלת  
עלי.

הורים שפרגנו לילדיהם בעזרת שיחה בסגנון כזה נדהמו לגלות את השיפור ביחס של ילדם  
כלפיהם ובנכונותו לשתף אותם בחוויותיו. בנוסף, שינוי זה אפשר להם להדריך את ילדם  
ביתר קלות בנוגע להתנהגות המצופה מהם.

הנכם מוזמנים לנסות ולהיווכח!

