

בדידות, קשרים וירטואליים ונכונות לעזור בקרב ילדים בתקופת הקורונה

תמצית מחקר ראשוני שנערך ע"י פרופ' קוהוט, ד"ר סבאטו והגב' יעל אברהם

במחקר ראשוני שנערך בשיתוף פעולה של פרופסור תהילה קוגוט מאוניברסיטת בן גוריון, ד"ר חגית סבאטו מאוניברסיטת ירושלים וגב' יעל אברהם פסיכולוגית חינוכית בכירה, עולים ממצאים משמעותיים ביחס לרווחה הנפשית של ילדים וילדות בגיל החביון בתקופת הקורונה. בהמשך למחקר מתמשך שאנו מנהלות, העוסק במעמדות חברתיים של ילדים בכיתה, החלטנו לבדוק את **מצבם הרגשי והחברתי של ילדים במעמדות חברתיים שונים במציאות של סגר ובידוד חברתי**. התמקדנו בילדים בגילאי בית ספר יסודי לקראת גיל ההתבגרות, היות והם מצויים בשלב התפתחותי בו החברה ותחושת ההשתייכות החברתית הינן משמעותיות במיוחד לעיצוב העצמי. בפרט, שאלנו את עצמנו האם ילדים שבמצב רגיל יש להם פחות קשרים חברתיים, ירגישו טוב יותר בתקופה כזו, בה הבדידות הופכת למעין חווית חיים מוכרת ומשותפת לכולם? האם ילדים כאלו ינצלו את האפשרות ליצירת קשרים וירטואליים בתקופה כזו ואולי אפילו ישנו את הסטטוס החברתי לו הם רגילים, או שמא ילדים אלו ישחזרו את מצבם החברתי הרגיל גם בתקופה זו, ותחושת הבדידות אף תחריף אצלם עקב ההימצאות לבד, אפילו ללא קשרים ווירטואליים? ולבסוף, שאלנו, האם ילדים אלו יהיו מוכנים לסייע ולהיות בקשר עם ילד אחר שאין לו חברים כלל בתקופה זו- במילים אחרות- האם הבדידות תהיה מנוף לזימת קשר וסיוע לילד אחר הנמצא במצוקה דומה, או דווקא תוביל לצמצום והסתגרות מוגברת? להלן התוצאות הראשוניות של המחקרים שלנו:

המחקר כלל שני מדגמים, בראשון השתתפו כ-120 ילדים בכיתות ד-ו, שענו על שאלון אינטרנטי. הילדים התבקשו לדווח על מספר הקשרים הווירטואליים שהם מקיימים בזמן הנוכחי (בטלפון, ווטסאפ ורשתות חברתיות) ולהשיב על מספר שאלות על מצבם הרגשי והחברתי (בד"כ ובתקופה הנוכחית). בסוף השאלון הופיע תיאור של ילד שאין לו כלל חברים בתקופה הנוכחית עם שאלה- "האם תהיה נכון לעזור לילד זה ולהיות איתו בקשר?" וכן התייחסות למוטיבציות שבבסיס הנכונות לעזור לילד זה. ראשית, **הממצאים העידו על ירידה במצב הרוח הכללי של הילדים** (בהשוואה לבסיס נתונים שיש בידינו ממדגמים דומים בתקופה מקבילה בשנים קודמות). מעבר לכך, מצאנו שמצבם החברתי של ילדים בתקופה רגילה קשור למצב החברתי בתקופת הסגר: **ילדים שדיווחו על מיעוט קשרים חברתיים בכיתה באופן כללי, דיווחו גם על פחות קשרים וירטואליים במהלך התקופה הנוכחית. בנוסף, ככל שירדו מספר הקשרים הווירטואליים עליהם דיווח הילד, כך גברה תחושת הבדידות**. מעניין לציין כי מספר האנשים בבית בתקופת הסגר לא היה קשור לחווית הבדידות שחוו הילדים, מה שמחזק את ההבנה שהצורך בחברים בגיל זה, לא יכול להיענות דרך קשרי משפחה.

לגבי הנכונות לעזור לאחר שחוזה בדידות, נמצא קשר מובהק למצב החברתי הנוכחי של הילדים. באופן מעניין, דווקא הילדים בעלי מספר רב יותר של קשרים וירטואליים היו אלו שהיו נכונים יותר לעזור לילד שתואר כבודד, וזאת מתוך אמתיה לילד האחר ולמצבו וגם מתוך מוטיבציה הממוקדת בעצמם (האפשרות להרחיב את מעגל החברים שלהם). **ילדים בודדים יותר למעשה שימרו את דפוס הבדידות ודיווחו על פחות קשרים וירטואליים, כמו גם על פחות נכונות להיות בקשר עם ילד אחר,** על אף שמצבו דומה לשלהם ולמרות שקשר כזה יכול היה לסייע גם להם בהפגת הבדידות.

המדגם השני, כלל כ-50 ילדים בכיתות ו, שהשתתפו במחקר שלנו בתקופה המקבילה בשנה שעברה ולפיכך קיימים בידנו נתונים קודמים לגבי המצב הרגשי והחברתי שלהם. במדגם זה הילדים השיבו על שאלון זהה לזה שהורץ במדגם הראשון ובנוסף בחנו באופן ספציפי את תחושת המיטביות של הילדים (שביעות הרצון הכללית מהחיים) כמשתנה יציב יותר, מעבר למצב רוח ותחושת קושי. גילינו **ירידה מובהקת בתחושת המיטביות של הילדים בתקופה זו לעומת התקופה המקבילה לפני שנה.** ירידה זו היתה מוסברת על ידי תחושת הבדידות שחוו הילדים: **ככל שילד דיווח על יותר בדידות בתקופה הנוכחית, כך גדל הפער בין תחושת המיטביות שלו בשנה שעברה לזו הנוכחית.** בנוסף, מדדי המצב החברתי של הילד בכיתה מהשנה שעברה היו קשורים בקשר מובהק למצבו החברתי בתקופת הקורונה—ממצא שחזק את ממצאי המחקר הראשון והדגיש כי **הילדים משמרים את המצב החברתי גם בתקופה זו**—אלו שבשיגרה מתארים מספר רב יותר של קשרים חברתיים, הסתגלו והתאימו את מערך הקשרים החברתיים שלהם בתקופה הנוכחית גם באופן הוירטואלי. לעומתם הילדים הבודדים יותר, להם כפי הנראה כישורים חברתיים מפותחים פחות, לא הצליחו ליצור לעצמם מעגל חברים וירטואלי גם בתקופת הקורונה. לבסוף, גם במדגם זה מצאנו באופן מובהק שילדים עם יותר קשרים חברתיים (הן במצב הרגיל הן בתקופת הקורונה) הם אלו שהיו נכונים יותר לסייע לילד הבודד.

לסיכום, ממצאי המחקר הראשוניים מראים מספר מגמות חשובות:

1. תחושת המיטביות ומצב הרוח הכללי של ילדים בגילאי הילדות המאוחרת (ד'-ו') הושפע לרעה מהבידוד החברתי בתקופת הקורונה (זאת לעומת ממצאים אחרים לגבי ילדים קטנים יותר שיתכן ונהנו מזמן איכות עם ההורים בבית).
2. ילדים בודדים (שאין להם הרבה חברים) בשגרה, היו בודדים עוד יותר בתקופת הקורונה. הבדידות הכללית לא ניחמה אותם והם התקשו ליצור לעצמם קשרים וירטואליים בתקופה זו.
3. ילדים בעלי קשרים רבים (הן בשגרה, הן קשרים וירטואליים בתקופת הקורונה) הביעו נכונות רבה יותר לסייע ולהיות בקשר עם ילד בודד, מאשר ילדים ללא הרבה קשרים. זאת למרות שקשר כזה יכול היה להועיל לילדים הבודדים עצמם (וזאת כפי הנראה בגלל חוסר בכישורים חברתיים ובביטחון ליזום קשר).