

התבגרות – עצמאות

רציונל

התלמידים עוברים השנה בין מסגרות חינוך (מעבר חיצוני) תוך כדי מעבר (פנימי) התפתחותי – ההתבגרות – שמקיף את גופם, רוחם, אישיותם, יחסיהם עם דמויות משמעותיות ועם בני הגיל, ובעיקר עם עצמם המתהווה.

מטרות

1. להיפגש עם המורכבות ועם הדילמות הקשורות למעבר להתבגרות.
2. להיפגש עם המשמעויות המגוונות של עצמאות ושל אחריות.
3. להבחין בין סוגי הגבולות שעמם מתמודדים: פנימיים וחיצוניים.
4. להגדיל את מודעות התלמידים ליחסים של מתבגרים עם הורים ועם דמויות משמעותיות אחרות.



במפגש זה נאפשר לתלמידים להעלות דילמות הקשורות למעבר מילדות לנעורים. נזמן מעין "ויכוח פנימי" בין קולות המעדיפים את תקופת הילדות על יתרונותיה, לבין קולות המעדיפים את היתרונות הטמונים במעבר להתבגרות ולנעורים.

מהלך:

1. במרכז המעגל יועמדו שני כיסאות: האחד - נמוך, האחר - גבוה, גב אל גב. באמצעותם נחצין את ה"ויכוח הפנימי".

פתיחת המורה:

הכיסאות מייצגים שתי תקופות חיים, את הילדות ואת ההתבגרות. אחד המאפיינים של המעבר בין שתי התקופות הוא ההתלבטות בין הרצון לגדול ולהתבגר ולסיים את הילדות, לבין הגעגוע שהם כבר חשים לילדות ההולכת ומסתיימת. בהתנסות הבאה נשמיע את הקולות הפנימיים המעדיפים את הילדות, ואת הקולות הפנימיים המעדיפים את ההתבגרות והנעורים.

- תלמידים יוזמנו בסבב (או בבחירה) לשבת על הכיסאות גב אל גב ולהמליץ, להעדיף, להבליט את היתרון שבתקופה המיוצגת באמצעות הכיסאות. (כמו: איזה קל ומפנק להיות ילד - כולם מתחשבים, מוותרים... מבינים... סלחנים... אין צורך להחליט החלטות הקובעות עתיד...)
- מצד אחר: רוצה כבר להתבגר כדי שיתחשבו בדעתי, שאהיה עצמאי, שתהיה לי פרטיות...)
- מדי פעם מתחלפים הדוברים, ומעלים יתרונות וחסרונות של התקופה המיוצגת. הקולות הללו מצויים בכל אחד ואחת מאתנו. בכל זאת, עצמו לרגע את העיניים ונסו להתרכז ולהקשיב פנימה, ולהצביע על משפטים המהדהדים ביותר בכם כעת.
- אילו הם הקולות הגוברים בכם כעת? האם הקולות עדיין מנוגדים? אם כן - כיצד מסתדרים עם אי-ההסכמה בתוכנו?

2. על-אף שהמעבר בין התקופות אינו מתרחש באחת, ניתן לערוך מעין פרידה מן הילדות וכניסה להתבגרות.

- ניתן להציע לתלמידים לכתוב מכתבי פרידה או מכתבי תודה אישיים או קבוצתיים לילדות ההולכת ומתרחקת (ניתן לחבר שיר או קליפ/מצגת).
- כמו כן, ניתן להציע לתלמידים לכתוב מכתב קבלה לתקופת ההתבגרות. מה כותבת / אומרת ההתבגרות אל הבאים בשעריה?

ניתן להשיב לה מטעם המתבגרים החדשים. מה יש להם להגיד, לספר, לבקש לנוכח התקופה החדשה?

סיכום

שלב המעבר בין תקופות חיים כרוך בהכלה בו-זמנית של רגשות סותרים, לכאורה. האחד - משיכה אל החדש העתידי, המבטיח והמאתגר וגם מצורר החששות, והאחר - הקושי להיפרד מן המוכר, המפנק והקליל.

מפגש זה יוקדש לסוגיית העצמאות המקווה והאחריות, האמורה להיות חלק מ"עסקת החבילה", עם הכניסה להתבגרות. מוכר הצורך בעצמאות בקרב המתבגרים הצעירים. יש להבהיר את המושג ואת משמעותו, כפי שהם נתפסים על-ידי התלמידים. כמו כן רצוי להסמך אל מושג העצמאות את מושג האחריות, ש"הרייטינג" שלו נמוך בהרבה.

מהלך:

1. פתיחת המנחה:

באחד הספרים על התבגרות נכתב ש"צעירים רבים מצפים מאוד לימים שבהם ייהנו מעצמאות, בתוקף היותם על מפתן ההתבגרות, שתוביל להיפרדות מן ההורים ולגיבוש זהות ייחודית".

דיון:

- למה הכוונה, לדעתכם, במשפט זה? באילו **תחומי חיים** חשובה לכם ביותר העצמאות? (משפחה, לימודים, חברה, תקציב, ביגוד???)
 - מה ישתנה כעת בחייכם שלא היה קודם?
 - מי ומה עלול **לעכב** את מימוש העצמאות המקווה? (דמויות סמכות, מתבגרים המעדיפים תלות מסוימת בדמויות הסמכות... מערכות הרואות בכם ילדים...) סאילו סיבות?
 - לו הייתם מתבקשים לנסח שלושה **תנאים בסיסיים למתן עצמאות** למתבגרים מתחילים, מה היו התנאים?
2. ניתן להציע לתלמידים לערוך **סקר** בזוגות באמצעות ראיונות (3-2 שאלות שהתלמידים יציגו), של מתבגרים אחרים או של הורים למתבגרים, על המשמעויות שהם מעניקים למושג זה, או התנאים המזכים מתבגרים מתחילים בעצמאות.
- את תוצאות הסקר ניתן לסכם במפגש, ולדלות נושאים החוזרים בתגובות המרואיינים. ניתן להשוות בין תפיסות ההורים לתפיסות המתבגרים.
3. יש להניח, כי הדיון הקודם נגע גם ל"אחריות". נקדיש התייחסות לסוגיית האחריות.
- אחריות** אנו **נוטלים** על עצמנו, מתוך הרגשת מחויבות ובחירה כלפי הקשר שבין מעשינו לבין התוצאות.

מידת יכולתם של המתבגרים הצעירים לשאת באחריות, היא הקובעת את מידת העצמאות שהם עשויים לממש בתחומי חיים שונים.

להלן כמה אירועים המזמינים נטילת אחריות. מהי ההתנהגות המבטאת נשיאה באחריות מצדכם?
או: מה מידת האחריות שאתם מוכנים ליטול באירוע? מה יש בהתנהגות המצופה מכם כדי שנאמר
עליה שיש בה נשיאה באחריות?

למשל:

- ירידה בהישגים במתמטיקה.
- חבר חולה מפסיד ימי לימודים...
- גלישה באינטרנט.
- אתם מודאגים בגלל התנהגות של חבר שלכם.
- מישהו מציע משחק מסוכן.
- בבית מדברים על קושי כלכלי.
- מצב רוח גרוע של אח צעיר.
- מתקרב ערב שורשים שכבתי.
- יום התרמה לאגודה התנדבותית.

חלופה לפעילות:

1. בקבוצות קטנות יעלו התלמידים אירועים המאתגרים את יכולתם לשאת באחריות.
2. הקבוצות יחליפו בינן לבין עצמן את רשימת האירועים, ויתייחסו להתנהגויות המוכיחות נטילת אחריות.



מפגש מס' 18 השמיים הם הגבול

עם התגבשות הזהות האישית של התלמידים מתחזק העיסוק בגבולות. במפגש זה נעסוק בגבול החיצוני והפנימי.

מהלך:

1. נבקש מן התלמידים להציע צירופים מוכרים למושג גבול.

כמו:

- "עצרו גבול לפניכם"
- "הגבול שבלב"
- "לעבור כל גבול"
- "לכל דבר יש גבול"
- "גבולות של ביטחון"
- "תקרית על הגבול"
- "לסתוח את הגבול"
- "להסיג גבול"
- "לפרוץ גבול"
- "השמיים הם הגבול"

הצירופים שלעיל יכולים להיות כותרות של סיפורים, של תמונות, של תמרורים, של מחזות. ניתן להציע לתלמידים לצייר, לספר או להמחזיז את מה שמעוררות בהם הכותרות, סי הדוברים וכו', כדי להבחין בהקשר שבו משתמשים בצירופים.

2. ייערך דיון בכיתה על משמעויות שונות של גבולות בחיי התלמידים.

- התלמידים יספרו על גבולות שונים שהם **מציבים לעצמם**, ועל גבולות שאחרים מציבים להם. על אילו גבולות קל יותר לשמור?
- התלמידים יספרו על **גבולות שהיו רוצים** שיציבו להם, שכעת לא מציבים להם. לשם מה הם זקוקים לגבולות אלו?
- התלמידים יספרו או ימחזו משא ומתן על גבול כלשהו שחוו או שרוצים לחוות, עם הורים או מורים, או חברים...
- גם **בחברות** יש צורך בגבולות. מהם?
- כיצד שומרים על גבולות גם **בחברות**? כיצד מגיבים כאשר חברים חוצים גבול שהצבנו?

3. התלמידים ישוחחו:

על הקושי בעמידה בגבולות.

על גבולות ששומרים עלי ועל גבולות שמפריעים לי.

רבות נכתב על ההתבגרות כתקופה של מתח בין הורים לילדיהם. מורכבות המתח נובעת מדמותם הסמכותית והמשמעותית של ההורים המציבים גבולות ומצביעים על כיוונים רצויים, כאשר מן העבר השני – הצורך של ילדיהם להשתייך לקבוצת השווים, תוך גיבוש זהות אותנטית ואוטונומית.

משימות ההתבגרות הרבות מציבות לפני המתבגרים הצעירים אתגרים המחייבים עצירה לשם המשגת המורכבויות הללו. המשגות אלו תיבנינה על סמך הסתכלות תוך-אישית ובין-אישית.

במפגש זה נמקד את המבט על היותו של הורים לבין מתבגרים חלק טבעי מן הגדילה ומציצוב הזהות.

מהלך:

המורה תפתחו באמירה מכלילה, כמו:

**"הורים רבים פונים לספרי הדרכה, לאנשי מקצוע, בשאלות על היחסים עם ילדיהם המתבגרים החדשים.
מתבגרים רבים פונים לחברים, לאנשי מקצוע, לפורומים לשם התייעצות בנושא היחסים עם הוריהם".**

1. ניתן לחלק את הכיתה לשניים: חלק אחד ייצג את ההורים הפונים לייצוץ של אנשי מקצוע. חלק שני ייצג את התלמידים המתבגרים הפונים לתחנת "אוזן קשבת" בנושא יחסיהם עם ההורים.
2. כל קבוצה תחבר 4-5 "כרטיסי אירוע" ופנייה לסיוע, שבהם תיאור של אירוע המדגים קושי בקשרים בין הורים לילדיהם המתבגרים, ולהפך.
3. כל חלק ימחזי את הפנייה לסיוע, כשהחלק השני של הכיתה יפעל כמסייע לפורום או לתחנת "אוזן קשבת", ולאחר התייעצות פנימית ישיבו לפונים.

למורה:

- ניתן לקיים מפגש זה בחדר מחשבים ברשת. שני חלקי הכיתה יכולים להכין בזוגות ("הורים" ו"מתבגרים") פניות אל מקור הסיוע שלהם, ובשלב מסוים להתחלף בתפקידים ולהשיב לפניות החלק השני, על מסכי המחשב.
- כמו כן, ניתן להמחזי מפגש בין שני זוגות הורים, המשתפים זה את זה בסוגיית הקשרים שלהם עם ילדיהם המתבגרים. בהמשך, ניתן להמחזי מפגש של קבוצת חברים מתבגרים המשתפים זה את זה באותו עניין.

4. יתקיים דיון שבו ינסו התלמידים להגיע למסקנות מתוך ההתנסות:

- מהם הנושאים שסביבם מתגלה העימות הורים - מתבגרים?
- מה צריך לקרות כדי שהעימות לא יהפוך לסכסוך מכאיב?
- באיזו מידה אתם מוצאים כי העימות, במקרים מסוימים, היא כדאי?
- לו היה עליכם, כעת, לכתוב ספר הדרכה להורים ולמתבגרים - אילו המלצות הייתם מחליצים להורים וגם למתבגרים על אופני תקשורת הנכונים לתקופת מעבר זו?

5. ניתן להציע לתלמידים לכתוב מטעם ההורים "שיר המשך" ל"עוף גוזל... חתוך את השמים...

אבל _____."

ושיר מטעם המתבגרים שמתחיל ב "תנו לעוף להיות חופשיים _____"

אבל _____."

למורה,

חשוב ביותר להדגיש את התובנות המוסקות עם ההקשבה לסיפורים של אחרים. כדאי להדגיש את המעבר בין התקופות, שמטלטל קשרים וגבולות שהיו ברורים, להכיר בצורך של המתבגרים בעצמאות, תוך נשיאה באחריות - מחד-גיסא, והצורך של ההורים להיות משפיעים - מאידך-גיסא.