

ואל תשכח להסתכל אחורה

הכי פשוט למנוע ממנו לצאת החוצה אבל זה בלתי אפשרי. איך בכל זאת מבטיחים שהילד יהיה מספיק ערני וזרזן אבל לא מפוחד? ער לסכנות אך לא חרדתי? מנהל מרפאת חרדה בשניידר ותרפיסטית מרפאות בית חם על הדרך הנכונה להסברה מונעת מול גורמים עוינים, מחבלים, זרים ובכלל! והעיקר לא לשכוח את הבטחון בחסדי שמים

"שלא תעז לעבור בחצר היכן שהפעלים הערבים מתיישבים לארצות הבקר, אם אתה רואה ערבי מולך תעבור מיד מדרכה, תתרחק ובכלל אל תלך לבד. תראש לפחות כמה ילדים מהכיתה ותלך אליך - מסוכן!"

כולם חשודים

הורים רבים מוצאים עצמם בימים אלו אכזרי דאגה עם כל יציאה של הילד מהבית ומרעפים עליו הוראות הליכה ("לא בחורש", לא במקום שקט ומבודד וחמיד בקבוצות"), והתנהגות מפה ועד לסופר הקרוב ואפילו לבית השכן ליד. "איך לדעת" - הם מציינים אותו בטיפים לימים חיסטוריים, שגם להם אין מושג איך להתמודד איתם - "יהם יכילים לקפוץ עליך מכל פינה. זה יכול להיות הסדרן הערבי בצרכניה, הסבל, הפועל וגם הולך וגל המים מחוץ לחורף. מבחינתך כולם חשודים. אתה חייב לפקד עיניים ולהיות ערני ואם לא חייבים לצאת אז לא יוצאים..."

שכונות רבות הן על תקן אתרי בניה שוקקים ותיכר טוב" המחלחל הראשון, שמקפץ לדיירים את הלב, הוא של הקולן הערבי השוטף ימים בברזיה שלהם ומנפץ להם לשלום משל היו ידיו מהכפר שורץ המחבלים. אין מנוס מאשר להנהן בחזרה. "כי לך תרע" - אומר אבא מוטריד - "אם תחמיק לו פנים הוא יסמן אותך ויבא חשבוך לחיללה. ואם תהיה יותר מדי נחמד גם זה יכול לפעול לרעתך..."

אבל כשהילדה עוברת בדרכה ממש מתחת

כיצד ניתן למנוע מהילד להגיע למצבים מסוכנים?

(מאריבות הגב' מליח מטפלת בהבעה ויצירה במרפאות "בית חם")

"על ההורים לדעת היכן ילדם נמצא בכל רגע. כך שלא יהיה מצב שבו ילד נמצא במקום סכנה והוריו אינם דואגים לו כי הם יודעים שהוא נמצא אצל חבר. "כפי שנכתב לעיל, יש להסביר לילד מיהם האנשים שמותר לו לטרוח להם. לאפשר ולסמוך על הורש הישיר המזהה סכנה. למשל: כאשר מבוגר מבקש ממנו בקשות לדברים שהוא יודע שהוריו אוסרים עליו. במקרה כזה, גם אם מדובר באדם קרוב מאד כמו בן משפחה, איש חינוך, איש טיפול או כל אדם קרוב/מוכר אחר, גם אם הוא בעל חוות חרדית, על הילד לטרוח, לענות את המקום, לצעוק ולספר להורים. "לחנך את הילד לכן שאין בשום אופן ללכת עם אדם זר ו/או למסור לו מרשים מזהים של הילד, לא לעלות למונית שעצרת מבלי שהחמנו, לא לעלות במעלית עם אדם זר, לא לנסות בטרמפים שאינם מוכרים מהמעגל המוכר והבטוח (כפטר לילדי יסושים ומושבים...)". אין לקבל כל חפץ מאדם זר, גם לא כדי להעבירו למישהו אחר.

"אין לכתוב את שם היקל (חומר את כתובתו) על חפצים גלויים, כגון: תיק, בקבוק, תיקיה וכו'. אדם זר יכול לראות את השם וליצור קשר עם הילד בעזרת שמו, מה שיכלול את הילד, שבכיוול האדם הזה מכיר אותו אלא שהוא רק אינו מכיר (כדי למנוע את המשפט הבא: "ישראל, אתה הבן של כהן, נכון? אני לא זוכר את השם של אבא אבל אתה כל כך דומה לו. כמה גדול! אני זוכר אותך חינוך ממש. הרבה זמן לא פגשתי את אבא שלך, עוד מדישיבה, אתה רוצה שאעזור לך לסחוב את התיק ברכב שלי וגלך לבקר את אבא? שים רבות שלא נפגשנו...")".

מטבעם וחזירים סמילא, שאצלם לא כדאי להכביר בתיאורים ודברורים בנושא."

איך מזהים התנהגות חשודה?

אתובת מליח מטפלת בהבעה ויצירה במרפאות "בית חם" סבורה שההתמודדות הלא פשוטה עם גורמים עוינים המאיימים עלינו לאחרונה מחייבת ערנות יתר, שצריך להטמיע בדור הצעיר. אין מנוס כי אם להתחיר לו את המודעות הזו ככל הניתן.

"בתקופה זו על הילד לדעת להיות ערני בכל הענישה סביבו. אין הכוונה שיהיה חרד ויבט כל העת לצדדים, אלא ישים לב לאנשים חשודים או אנשים בעלי מבטא ערבי. אדם חשוד הוא האדם המעורר חשד בהתנהגותו - מפרטת הגב' מליח - "התנהגות חשודה באה לידי ביטוי בהתנהגות חריגה ומזוהה, סימני התרשנות וצבצנות, הנהגה מעבר למקובל, אדם הנראה כמי שמתאם ומקיים קשר נסתר עם אנשים שונים ברמזים ותנועות, עם הופעה חריגה ומושכת תשומת לב, בגדים שאינם על פי מידתו, מהדר או מותג מדי או כיצוד שאינו מתאים לעונת השנה או לסגנון. למשל: אם לובש מעיל ביום חם או בגד גדול ממידותיו ונראה כאילו מסתיר משהו בבגדיו או תיקו, או אם חובש שטרייטל ביום חול או עם חליפה קצרה, מגולח וכן או ללא פאות וכו'. אפשר לתת להם סימנים כדי שבזמן אמת הם יצטוו ויגורו לילד להישמר. להבדיל לו שבמקרה שהוא מזהה אדם חשוד עליו להתרחק מיד מהמקום. במידה שיש כוחות בטיחות בסביבתו, עליו לשמור על קשר עין עם החשוד, ובאופן חשאי ככל הניתן להודיע על חשדותיו לכוחות הביטחון ואין לאחראים במקום (מנהל, מאבטח או נגד בתחבורה ציבורית)".

אתה יכול להראות לי היכן נמצא בית הכנסת?

זו ההזדמנות להרחיב בילד כללי התנהגות מתבקשים מול גורמים זרים או עוינים נוספים, שההייר שלהם אינו שחור ולבן כמו בקרב ערבים. לגרום לו לצאת מהבעה הנאיבית שלו השופטת אנשים לפי מראה התנהגותם ומי חסת רע וכוונות זדון בהתאם לחזות חיצונית שהם רגילים בה. לנסות לצעוד בין הטיפות, כי מצד אחד לפחות להם את הראש על אדישיות לא נעימות של "זרים" שאינם לפי פרופיל צפר ומעבר לכן אנשים מהמעגלים הקרובים העושים לגלות פן מאיים ומחייבים חיישנות מיוחדים שיגנו מפניהם. אתובת מליח מחולקת את האנשים סביבי הילד לפי רמת הריכוזות שלו איתם ובהתאם מציעה להתנות אותו, כדי שירע שאישים זרים

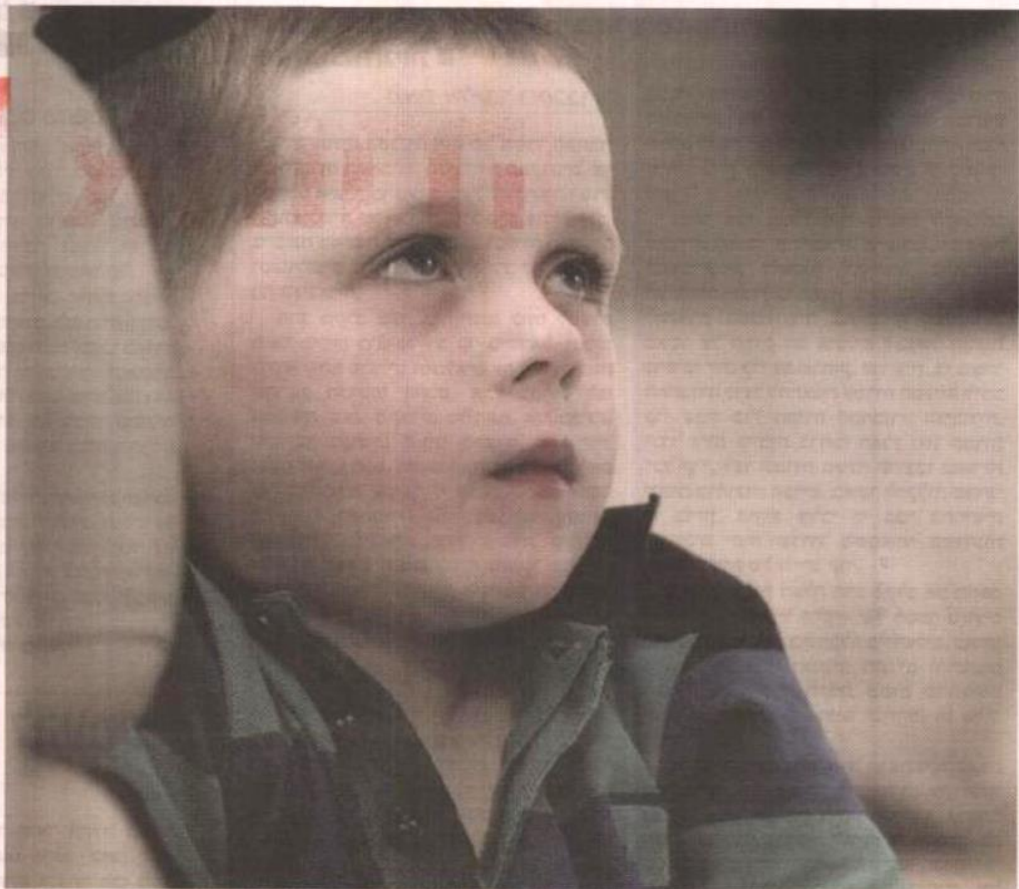
לסינומים ומלמעלה עוקבות אחריה וזוגות עינים שחורות רע, שבידיהן כלי עבודה שבנקל יכולים להפוך ברגע הבא לכלי משחיתים. קשה להישאר רגועים ולא לעצור אותה כתובנות מעשיות ולצייץ לה תחויות אימה לא מופרכות כלל. עם כל הוצרן לעטוף את לידנו בצמר גפן ולשמור על המימוחם לאורך ימים, המציאות מחייבת לרדת לחולות יות לא נעימות לאחור. לתאר בפרוטרוט סכנות שאורכות בכל סמטה וזנות ולגרום להם לחרד חרשים עד למקסימום. זוהי השתדלות חובה דווקא ליהודים מאמינים והיא עשויה למנוע אסונות.

ואם יגיע מחבל הביתה?

מצד שני, אין נדע כיצד ישיפיעו החרשים על הנפשות הרוכות, שתיצין בטוחות שהעולם מסביר להם פנים ולא מעלות בדיעתן את גודל הרע והאכזריות לשמה הטמונת הבו? ומי אמר שהילד שלנו לא ייב כמו הובן של השכן שמאד הסיפורים סובלי מגדודי סינה קשים ומתעקש להגיע למיטת ההורים מפחד שמא יגיע מחבל לביתו? אולי עדיף למנוע ממנו את הפאניקה ולהסתפק בהוראות כלליות כדי לא להגביר את האימה ולחזק כולה מדיקה? דני לונן פסיכולוג קליני מנהל מרפאת חרדה במרכז שניידר לרפואת ילדים סבור שהמצב לא מצדיק הכנסת הילדים לחרדה ואין טעם לרדת עינים לחיזורים בומבסטיים בחול בתך הקטנה, שרק יביטו להם ריענות חרשים לראש, אלא להסתפק בהסברה כללית תואמת גיל ואופי.

"אני מבין את ההורים שעושים זאת אבל לא מצדד בגישה הלא בראה הור - מרגיש דני לונן - "חשוב לדווח את הילדים, שירגישו שיש להם כמה פתוחה לשאלו, לבדור וללכן את פחדיהם. מצד שני, איני חושב שמומלץ או נכון להגשים באוזנות יותר מעבר להוראות ולהנחיות הביטחון הקיימות, שלא מדברות על עקפת אתרי בניה או הימנעות מעמידה בחנות אוטובוס, שמא חלילה יצוץ מפגע מאן שהוא. אין גבול לתודישיים האפשריים ואין אפשר לגרום לילד לעבור מדרכה כל אימת שזוהי מזהה פנים ערבות בסביבה".

לדעתו, עדיף הסברים רק מוסיף פאניקה ועדיף דיבורים וחשיפה למידע חרדתי מצדן את הילדים שלא יודעים לסנן וחרדה עלולה רק לגבור. "על ההורה לקחת אתחיות על הענישה ולקבוע מה מתאים לילד ומה לא, בלי לצפות שהילד יתעקש ככה רוב שעות היום, כיין שהינטיין מראה שהסכנה העשקפת לילד היא בעיקר מעודף חרדה ולא מחוסר הידיות. אין ספק שגם האופי קובע. יש הבדל בין ילדים שובבים ובעלי חוש, וחזירות מופחת תנוטים מטבעם לקחת סיכונים ולכן גם וקוקים לתנאי יות יותר פרטניות, שבמקרה שלהם לא יוכלו להתפתחות חרדות, לבין ילדים חרדתיים



בהם הילד אינו יכול לצעוק בגלל החרדה שהוא חווה או אם הוא במקום שאולי קולו אינו נשמע. יש להסביר לו, שעליו בכל מקרה להשתדל לצעוק בכל כוחותיו, יז, לעזוב את המקום וכן להראות סימני התנגדות בולטים, כך שגם אם אינו מסוגל לצעוק אנשים בסביבה ידאו את התנגדותו ויבואו לעזרתו.

4. לספר להורים - ההורים הם המקום הבטוח של הילד. על ההורים להקריין לילד כי אין לשמור מהם סודות. גם במקרה שהילד הלך למקום שנגד דעת ההורים או עשה מעשה שהוריו אסרו עליו, עליו לספר על כך והוא יקבל את כל התמיכה הראויה.

אפשר להציע לך סוכריה?

דני לוטן סבור שחלק מהאחריות ההורית היא לפתח בילדיהם מודעות לסכנות. כולל מזרים. "כמו שהם מחנכים ילדיהם למעבר בטוח בכביש, כך עליהם לודא שיש בו הכלים הבסיסיים להתנהגות נכונה מול זרים בכלל וגורמים עוינים בכלל. עליהם ליזום שיחות הסברה בנושא ולהתרחש שהן פעלו את פעולתם והילד עבר שלב הפנמה. מחובתם לעקוב אחר התנהלותו ולהסיק מסקנות לגבי מוכנותו וערנותו למצבי סכנה". לדעתו, סוג ההסברה והמניין שלה יקבעו על פי טיבו של הילד, שהרי ניתן להתרחש לפי התנהלותו במרחב, בגינה, בין אנשים ובכלל עד כמה הוא זהיר וער לסכנות ומה רמת החשדנות הטבעית שלו והאימון הבסיסי שהוא נותן באנשים. ילדים שמעניקים אימון עיוור בכל אדם והינם תמימים יתר על המידה, חובה להעביר אותם תהליך הפנמה חזק יותר, כדי שיקבלו את המסרים באופן רציני וחמור יותר.

כולל אפילו להפחיד מעט? אם מרגישים שזו הדרך, בהחלט כן. ילד חייב להפנים את הקומים האדומים. הוא לעולם לא מתלווה לזרים ובודאי שלא מקבל מהם מתקנים ומתנות. הוא יכול לענות להם בקצרה, אבל לא להיגרר לכל שיתוף פעולה אחר הכולל הליכה או ליווי. קל וחומר שאינו עולה לטרמפ בלי ששאל הורים ובדק את הנושא, כולל עם אנשים שהוא מכיר מהשכונה ובכלל. כדאי לעקוב ולראות עד כמה הילד אחראי ומבין את האיסורים, כדי לדעת איך להסביר לו וכמה לרדת לפרטים.

"חייבים מחד, להפריד בין החרדות המוגזמות של ההורה, המושפע מהמצב ומפני החרדות הסתרת שחר שאין להן כל הגיון מעשי (למשל: שהילד יסתכל כל הזמן לצדדים ולאחר שמא יש מחבל בעקבותיו), לבין אזהרות שכן מתבקשות ומחויבות המציאות גם בתקופות רגור. עות. מי שמרגיש לא בטוח בעולם הילד לבדו שילווה אותו" - מציע לוטן - "זה לא שונה מאשר להעבירו את הכביש. אבל אי אפשר לדרוש ממנו להיות היסטרי מול כל אדם כעל חוות קצת אחרת, כי זה לא תפקיד הילד להפוך לבלש ולאיש ביטחון. אסור שהורים השרויים בלחץ יעבירו את הפאניקה לילדים, אבל מתפקידם לייצר בילד חוש אישי שידריך חושיו במקומות ובזמנים הראויים".

התנהגות במקרה של סכנה על פי מודל "No, Tell, yell, go"

"מצבי סכנה אינם רק מקרים בהם קיים איום על חיי הילד. האיום על גופו או נפשו מסוכן לא פחות" - מרגישה אהובה מליח - "על הילד לדעת על הסכנות הצפויות לו בהתאם לרמתו ולהבנתו. אין להסביר לו את הסכנה לפרטי פרטים כדי לא לגרום לו לחרדה עוד לפני האירוע (גם ילד חרדתי וקוק לטיפול...). משום כך יש לחנך ילד לערנות לסביבה ולזהירות, אך לא לפחד או לחרדה. רצוי ללמד את הילד את השיטה של "No, Tell, yell, go". עלי לדעת שאם חלילה הוא נתקל באדם שרוצה להזיק לו עליו לנקוט בארבע פעולות:

1. לומר "לא!" - יש להסביר לילד שמותר לסרב למבוגר המבקש ממנו עזרה, אם הוא מרגיש שנשקפת לו סכנה מכך או שהוא מרגיש לא בנוח עם האדם.
2. לעזוב את המקום - עזיבת המקום במהירות האפשרית עשויה להרחיק אותו ממקום הסכנה, וממילא הוא יוכל להיריד צע מהר יותר.
3. לצעוק - במקרה של סכנה, כאשר מבוגר פונה אליו ולמרות שהוא מסרב, המבוגר עדיין מבקש או מונע ממנו לעזוב את המקום, עליו להרים את הקול ולצעוק לעזרה. ראוי לציין, כי יש מקרים

של נתינת יד או כל מגע אחר. על הילד לדעת שאם הוא רואה אדם כזה מנסה ליצור עימו קשר, עליו לברוח מהמקום במהירות האפשרית ולדווח להורים על כך. במקרה שהילד זקוק לעזרה, למשל במצב בו איבד את הוריו או את דרכו, עליו לדעת כי הוא יכול לבקש עזרה ממבוגר "בטוח" (בעדיפות לאיש ביטחון/הצלה או אשה) גם אם אינו מכירם. אך גם במקרה זה אין ללכת לביתם אלא למקום ציבורי כמו תחנת משטרה או משהו בדומה.

כיצד יזהה הילד מצבים מסוכנים?

- לדעת מליח, ילד שיוודע לזהות מצבים מסוכנים יזהר מהם יותר ויתמחד איתם ביעילות רבה יותר. הסימנים העיקריים שהיא סבורה שניתן לתת לילד כדי לזהות מצבים מסוכנים הם כלדהלן:
- * כשאדם משדל אותו להמרות את פי הוריו או לעשות משהו בניגוד להסכם.
 - * כשאדם מבקש ממנו לשמור על סוד מהוריו.
 - * כשאדם מבקש ממנו עזרה. על הילד לדעת, שמבוגר עוזר לילד ולא להיפך.
 - * במקרה כזה יש לפנות למבוגר "בטוח" ולהודיע לו על האירוע וכן להוריו.
 - * כשאדם מבוגר גורם לו להרגיש לא בנוח מבחינה גופנית, רגשית או נפשית.
 - * כשאדם עוקב אחריו.

העלולים להיות מסוכנים אינם בהכרח כאלו הנראים מאיימים ממבט ראשון ויפנים כי הם יכולים להיראות כאחד האדם, ואפילו עם לבוש חרדי, לצערנו. הקבוצה הראשונה היא של אנשים מוכרים - עליהם נמנים הורים, בני המשפחה הקרובה, הצוות החינוכי, חברים ושאר הנפשות המשמעותיות, שלרוב הילד יכול לתת אמון מלא בהם ולא לחשוש מפניהם (פרט למקרים מסוימים שגם אנשים אלה גורמים לו לנזק, אך זו סוגיה בפני עצמה הראויה לפרק נפרד).

הקבוצה השנייה היא של אנשים בעלי תפקיד - שהילד מכיר לא באופן אישי, כגון: רופא משפחה, אחות, שוטר, נהג, בעל המכולת וכו', הם אמורים לעזור תג ויהיו המתאר את תפקידם כמו רופא או אחות, או שיש להם היכרות עם הילד בכוח הניסיון כמו בעל המכולת. מאנשים בקבוצה זו הילד אינו צריך לחשוש, כי הוא מכירם ורודע שלא זיקו לו. למרות זאת, כאשר מי מהם גורם לו להרגיש לא בנוח מבחינה גופנית או נפשית עליו לספר מיד להוריו על האירוע ויש להשיב לו אט אט את הביטחון העצמי שהתערער.

הקבוצה הבאה הם של אנשים זרים שאינם מוכרים - הפונים אליו ברחוב בבקשות שונות. אם הבקשה היא רק לומר את השעה או לתאר את הדרך המובילה ליעד מסוים, הוא יכול להגיש את העזרה הדרושה, אך בשום אופן לא להתלוות אל האדם או לבוא עימו במגע