



קריאת כיוון במיזם מיוחד - שו"ת עבורך

לשתף בתחושותיה ונחשבת למאוד סגורה כל השנה ועכשיו ביתך שאת.

מה את אומרת? האם היא זקוקה לטיפול רגשי? האם זה יחלוף? אמא יקרה מאד,

כל הכבוד שכל השנה אתם מתמודדים בשמחה ובסיפוק עם התנאים שלכם. ברור שבזמן כזה, השינויים מוסיפים ללחץ הקיים ומייצרים ומחדדים אתגרים. עכשיו, נוצרה הזדמנות, בלי בחירה, לבחור את תגובתנו, דרכנו והאפשרות לכוון ולטפח מערכת יחסים מורכבת. בשביל לקבל תשובה נרחבת, הפניתי את השאלה לגב' שרון מושקוביץ, עו"ס"ק, המתמחה בהדרכות הורים.

בחורה בת 17 שמתגוררת במשפחה ברוכה אך לא ממש מחוברת לבית ונוטה לברוח לשינה, לטלפון או לאוכל אכן מנסה לאותת משהו. את שואלת לגבי טיפול, ייתכן שיכולה וצריכה טיפול, אך כרגע נראה שהאופציה הזו נדחית לאור הנסיבות. אני מאמינה שמשבר הקורונה שהוא בוודאי ניסיון בא לומר לכולנו יחד ולכל אחד לחוד משהו. דווקא עכשיו אין מי שיכול להושיע (מלבדו יתברך), וארצה לעזור לך לחזור ולהאמין שמאחורי ההתנהגות המסתגרת, יש ילדה קטנה, שמשוועת לקשר, לחיבור, לאמון. נכון ההתנהגות שלה ממעיסה ומעוררת התנגדות, אבל בואי ננסה לראות מעבר לזה ונחפש משמעות, מה היא מנסה לומר? "אולי אתם לא רואים אותי מבנינים אותי\ מקבלים אותי\ שמחים בי כמו שאני??" אני מציעה להתחיל בשיחה ולומר: "את יודעת מירי, אני מבינה אותך, את צודקת אין סמינר, ואת זקוקה לחופשה, מרחב ועצמאות ואני אכן מכבדת את הצרכים האלה שמתאימים לגילך, מנגד אני רואה גם את הצרכים של הבית, ערב פסח, חופשת הקורונה הבלתי צפויה, וכו', בואי נחשוב יחד איך אפשר לשלב בין הצרכים שלך לאלו של הבית, הבית צריך אותך ואני לא מוותרת עלייך, אני סומכת עלייך, מה את מציעה?". חשוב להניח את הדילמה, לפתוח בשיתוף, וגם לתת לה שליטה ובחירה לפני הגבול, לשדר שאין כאן מאבק כוח.

הדבר השני הוא ההתמודדות עם ההתנגדות שלה. היות וזה מייצר דפוס של הסלמה והתרחקות, חשוב להתכונן מראש כשמדברים איתה ולומר לעצמנו: "מירי תתנגד, אני לא נבהלת, כועסת או מוותרת, אני מסוגלת לשרוד את ההתנגדות, וזו מטרה, שמשדרת לה אני מקבלת אותך...". שהרי עד היום לרוב היית כנראה בקוטב של ויתור או מלחמה ששניהם אינם יעילים עבור שתיכן. לותר משמעו לוותר עליה, לכעוס משמעו להפוך אותה שוב ושוב "ללא בסדר". רק היכולת שלך לשרוד את ההתנגדות יכולה לקדם אתכן. אני יודעת שאני מגייסת אותך למשימה לא קלה, אבל זכרי שלילדה שלך יש רק אותך, גם היא תלך לטיפול המשאלה הפנימית של שתיכן זה לכוון יחסים משמעותיים לתמיד.

לקבלת השו"ת המלא - שלחו מייל etikivun@gmail.com עם המילה שו"ת

אם גם את מתמודדת עם ילד מאתגר, בואי לקבל תעצומות, כלים וידע מצוות מקצועי, מבית "קריאת כיוון" המתגייס, בימים אלו, ללא עלות לסייע לצלוח את התקופה בטוב האפשרי, בעז"ה. שלחי מייל etikivun@gmail.com עם בקשת השאלות וקבלי את השו"ת המקצועי המלא.

אתי רוזנצוויג (קריאת כיוון)

שתיים מהשאלות שהגיעו לקריאת כיוון שלום רב גב' רוזנצוויג - קריאת כיוון.

יש לנו המישה ילדים. השני הוא בן בין בנות, תמיד היה תוסס, תלינו זאת בהיותו בן ולא בת [גם כשהמחנך התלונן....] עכשיו כשאנו בבית אנו חוששים שאולי יש יותר ממה שהו בדברים ואולי יש לו הפרעת קש"ר. הוא כל הזמן שובר דברים בלי כוונה, מדבר בלי הפסקה. האם זה קש"ר או אולי תגובה למצב החירום. מה עושים? למי פונים עכשיו? הורים יקרים

זו שאלה שדורשת אבחנה מבדלת בין בעיות ראשוניות למשניות ולכן, היא הופנתה לפסיכיאטרית. דר' טלי וישנה: השאלה מצוינת.

התיאור יכול להתאים להפרעת קשב וריכוז, אבל גם לתגובה למצבים של חרדה או מתח. לא פעם מדובר בשילוב של השניים - ילדים עם הפרעת קשב וריכוז יגיבו בהקצנה של הדפוסים הקיימים במצבים של מתח.

למרות התקופה הקשה, חשוב להגיע לבדיקה. יותר מזה, תרופות לקש"ר לא פעם מעצימות מתח ובמקרה זה יכול להיות מצב של "יצא שחרו בהפסדו", ולכן חשוב לבדוק שמדובר בהפרעת קשב, ושיש צורך בטיפול תרופתי.

לעתים הטיפול הנכון הוא התנהגותי, רגשי או אחר. לעתים פשוט צריך להבין מה המצוקה של הילד ומדוע הוא מגיב כך ולתת לה מענה.

ניתן לנסות להתאים את הפעילויות השונות גם בתוך הבית לצרכים המשתנים של הילדים, למשל להשתמש באנרגיה העודפת לעבודות שונות לפסח, אך לא כאלה שיכולות לגרום לנזק או חיכוך. ישנן מרפאות רבות העובדות גם בימים אלה, משום שמדובר במצבים דחופים הדורשים התייחסות (בעיקר לאור החרדה הגבוהה שהמצב מעורר), וניתן להגיע גם בימים אלה תוך הקפדה על ההוראות של משרד הבריאות.

שאלה נוספת לאם המתמודדת עם מתגרת בת 17:

אני אם למשפחה ברוכה ומורכבת. לאורך השנה, ב"ה אנו מתמודדים. כעת, כשכולנו באותה משבצת, הכל משתנה. יש לי בת בת 17 שעליה אתייעץ. היא נרגנת, לא מוכנה לקום מוקדם "אין סמינר", הטלפון שלה עובד שעות נוספות, היא אוכלת בלי הגבלה, לא מוכנה לעזור ואני עובדת עצות. מחד, אני רוצה לתת לה מרחב, עצמאות ותחושת שליטה. מאידך, אני יודעת שגבולות וסדר יום כמו גם שייכות, חשובים ליציבות ואני מודאגת ממצבה. אציין שהיא גם לא מרבה