



הדפסת עמוד
שליחה לחבר
שיתוף בפייסבוק
שיתוף בטוויטר
rss

שפ"י << ביטויים התנהגותיים של ילדים במצוקה - כיצד להגיב? >> ילדים במצבי לחץ << לחץ ומשבר >> לחץ, חירום ומשבר

PDF, חיפוש ושלח

חיפוש
אתר נוכחי
מבנה, חזון ומדיניות
אגפים ויחידות
נהלים וטכסים
ידע מקצועי והכשרה
פרסומים
התפתחות ושילובי חיים
הורים ומשפחה
מיניות זוגיות ומגדר
כישורי חיים ולמידה
אוכלוסיות ייחודיות
לקיות למידה והפרעות
קשב
אקלים ומניעת אלימות
לחץ, חירום ומשבר
סמים, אלכוהול וטבק
התעלות ופגיעה מינית
התנהגויות סיכון
הפרעות
סדנאות תכניות וכלים
קישורים
שפ"י

ביטויים התנהגותיים של ילדים במצוקה - כיצד להגיב?

"...כי מה שזה לבכות בלי מי שיראה את גביש העלבון שלאט כחלזון זוחל במורד הלחי".

אגי משעול

ילדים בגיל הרך הנתונים במצוקה בעקבות טראומה ומצבי לחץ מגיבים באופנים שונים:

בשינויים התנהגותיים - לעיתים מוחרפות ומועצמות נטיותיהם ומזגם האופייני, ולעיתים הם מגיבים בהתנהגויות הפוכות למזג הבסיסי שלהם. כמו כן ניתן לזהות אצל חלק מן הילדים שחוו טראומה, **התנהגויות ספציפיות וסימפטומים** שלא אפיינו אותם לפני כן.

השינויים ההתנהגותיים והסימפטומים עלולים להופיע בסמוך להתרחשות אירוע מעורר חדרה, או בשלב מאוחר יותר. וכן הם יכולים להיות זמניים וחולפים או מתמשכים לאורך תקופה ארוכה. להלן יובאו תאורי ההתנהגויות והסימפטומים ויוצעו לגננות ולמחנכים דרכי תגובה והתמודדות.

שינויים התנהגותיים

החרפת התנהגויות והעצמתן

לעיתים מוחרפות ומועצמות התנהגויות האופייניות למזגו הבסיסי של הילד: (1) ילדים שקטים, מופנמים ומסוגרים נראים לעיתים בתגובה למשברים ומצבי לחץ כאילו הם "קפואים". הם אינם פעילים גם כאשר מנסים להפעילם, הם מסרבים להתנסויות אטרקטיביות, הם אינם מדברים, לא עונים לשאלות המופנות אליהם, הבעת פניהם אפסית ולא ברור אם הם כועסים, עצובים או משועממים.

סגנונם השקט והמאופק מחרף באופן קיצוני.

דרכי תגובה מומלצות:

ילד במצב זה אינו יכול לשנות את התנהגותו, אף שיתכן שהיה רוצה לשנותה! ולכן אין להאיץ בו או לצפות ממנו לפעול. ציפיות שאין הוא יכול לעמוד בהן יגרמו לו לתחושה רעה של כישלון, של בדידות וחולשה. לכן חשוב ללוותו בהתאם לקצב המתאים לו כעת: למעט בדרישות, וכמובן, בכל מה שיכול להתפרש בעיניו כביקורת.

הערות כמו: " כולם משתתפים ורק אתה לא משתתף..", "חבל שאתה סתם יושב בצד", מעבירות לו מסר ביקורתי. חשוב לגלות הבנה לרגשותיו ולהעביר מסר של אמון ביכולתו להצטרף לכשיבחר לעשות זאת: "עכשיו מתאים לך להיות קצת עם עצמך, אני בטוחה שכשתרגיש שמתאים לך, תצטרף אלינו, אנחנו נשמח לצרף אותך...". וגם: "כל אחד לפעמים יכול להרגיש שהוא מעדיף להיות לבד... ולפעמים שמתאים לו לשחק ולהיות עם כולם..".

מעטו בפניות אל הילד הנושאות אופי של שאלות שאלות, אך הרבו להגיב אליו בחום ובקרבה על מנת שלא ירגיש בודד.

כאשר מסתמנת אצלו נטייה ליזום ולפעול, עודדו אותו, אך בזהירות... הוא עלול להירתע מחיזוקים הנשמעים לו דרישה לפעילות. הוא זקוק למרחב על מנת להתנסות, ודי בהתייחסות המביעה קבלה של בחירותיו:

"אני שמחה שאתה מנסה לצייר היום, תבדוק אם אתה נהנה, אתה יכול לנסות פעילויות נוספות, תבחר במה שמתאים לך...". או: " זה בסדר שאתה יושב ליד השולחן גם אם אתה לא מצייר, כשתרגיש שאתה רוצה, תוכל לנסות".

(2) ילדים בעלי סמפרמנט סוער, אשר בדר"כ ניתן לראותם פעילים, ואשר הם מוגדרים בפי הסובבים אותם "שובבים", נראים לעיתים במצבי משבר כאחוזי תזזית: הם מרבים לנוע ולגעת בחפצים, מופיע אצלם מלל רב מן הרגיל, ברוב המקרים הוא אסוציאטיבי ולא קשור למתרחש מסביבם, לעיתים הם תוקפניים כלפי ילדים ומבוגרים בסביבתם, הם משחיתים צעצועים ואביזרים, וקשה למצוא דרך להרגיעם. סגנונם הפעיל מוצא לו אפיקים של פגיעה והפרעה, שלא היו מרכזיים בהתנהגותם השגרתית. ילדים במצבים אלה, על אף שיתכן ובהתנהגותם הם זועקים לעזרה, זוכים בתגובות של כעס, של ביקורת, של הרחקה ובידוד חברתי מן הסובבים אותם.

לעיתים ילדים אלה נוטים להסתכנויות עצמיות ולפגיעה בגופם.

דרכי תגובה מומלצות:

ילד המגיב ב"סערה" פתאומית לרוב מפגין בהתנהגותו החיצונית את הסערה הפנימית המתחוללת בנפשו. במרבית המקרים אין ביכולתו לשלוט בתגובותיו, והוא זקוק לעזרת המבוגרים שיוסו את תגובותיו.

למבוגרים תפקיד כפול: לרסן את התנהגותו ולמנוע סיכונים הנובעים ממנה, תוך ליזון תומך המכיל את תחושותיו והקפדה על שמירת כבודו.

כדאי להשתמש באמירות כגון:

"אני אשמור עליך שלא תפגע באחרים, ואני גם אשמור עליך שלא תיפגע!"

"עכשיו אתה עושה מעשים שאסור לעשות, ואני אעזור לך להפסיק."

"אני מבינה שרע לך, ואולי אתה לא מצליח להירגע, אני אהיה איתך כדי לעזור לך להירגע."

אמירות אלה ושכמותן עוצרות התנהגויות בלתי רצויות, אך בו זמנית מרגיעות ותומכות בילד, שייטכן והוא מבוהל מאובדן השליטה העצמית.

לעיתים כדאי להרחיק ולהוציא את הילד מן הסיטואציה ע"י הצעה חלופית, שאינה קשורה להתפרצות: אני מזמינה אותך לאכיל את הארנבת בפנינת החי. "משימות של טיפול (בעלי חיים) והתגייסות לעזרה (כמו: עזרה בתליית תמונה על הקיר), לא פעם מפחיתות את עוצמת ההתפרצות.

חשוב להימנע מהערות ביקורתיות, כעס בלתי מבוקר והענשה - כל אלה עלולים לערער את תחושת הביטחון של הילד, אשר נמצא כעת במצוקה ואולי אינו מרגיש כלל בהחרפת התנהגותו.

שינויים קיצוניים במזג

לעיתים חלים שינויים קיצוניים בהתנהגותם של ילדים המגיבים למצבי לחץ:

ילד במצוקה נראה לפעמים כאילו חל שינוי מהותי באישיותו. הסובבים אותו אומרים:

"אי אפשר להכיר", "זה כאילו ילד אחר", הם עומדים משתאים ושואלים: "מה קרה לו?"

שינויים קיצוניים בהתנהגותו של ילדים צעירים הם במרבית המקרים איתותי מצוקה, המעידים על הפרת איזון בתחושתו הפנימית של הילד, על התגברות חרדה (לעיתים בגלל מחשבות מאגיות) ועל חוסר יכולת להתמודד עם רגשות סוערים ומציפים.

ואכן ניתן להבחין כי במצבים מסוימים התנהגויותיהם של ילדים משתנות:

1) ילד שהיה מוכר כבעל מזג שקט, נינוח ומשתף פעולה בכל פעילות נראה לפתע כילד כועס, חסר שקט, מתנגד בבקשות המופנות אליו ומגיב בשלילה לילדים ולאנשים שהוא אוהב. יש שהתנהגותו של ילד כזה הופכת להיות קיצונית עוד יותר, ומילד שאינו מעורב באירועים תוקפניים הוא הופך ל"ילד אלים".

דרכי תגובה מומלצות:

לילד שהתנהגותו הופכת לתוקפנית נחוצה הרגעה ממקור חיצוני, שכן הוא מתקשה להירגע בכוחות עצמו.

על אף שנראה, כאילו יש לפעול באמצעים נוקשים ולהציב לו גבולות ברורים, למעשה, ילד המאותת בהתפרצות תוקפנית שלא מאפיינת אותו בהתנהגותו השרתית, זקוק לחום ולעידוד שיגבירו את ביטחונו וישיבו לו את השליטה העצמית. כעס והבעת אכזבה מהתנהגותו רק יערערו עוד יותר את ביטחונו. רצוי להפסיק את השתוללות הילד בדרך המעבירה מסר של עזרה ותמיכה. חשוב לשמר את תדמיתו החיובית הן בעיני עצמו והן בעיני הסובבים אותו על מנת שיוכל להתארגן במהרה ולחזור למצב של איזון. (ראו גם דרכי תגובה מומלצות בסעיף "החרפת והעצמת התנהגויות" עמ' 7)

2) ניתן לזהות גם מצב הפוך: ילד חסר שקט, שהיה קשה לווסת את התנהגותו ולהרגיעו, שהרבה להכעיס את הסובבים אותו, הופך לילד צייתן שממהר להיענות לדרישות המופנות אליו, נמנע מעימותים ומנסה לרצות את המבוגרים. לעיתים טועים ורואים בשינוי כזה "שיפור" ומחזקים את הילד על כך.

חשוב להתייחס ל"שיפור" בהתנהגות גם בהתבוננות מעמיקה ומתוך שאלה האם הילד מאותת על חרדה גבוהה, שאין הוא מסוגל להתמודד איתה? שכן, לעיתים הילד נמצא במצוקה כה גדולה, עד כדי כך שהוא חושב שעלול לקרות אסון לו או לבני משפחתו אם לא יתנהג כראוי. לפעמים ה"שיפור" בהתנהגות נובע מתחושת אשמה כבדה, שמלווה את הילד בעקבות אסון שהתרחש בסביבתו.

דרכי תגובה מומלצות:

כאשר ילד הופך לפתע ל"ילד טוב" ועושה ככל יכולתו לרצות את המבוגרים מתוך חרדה ומצוקה, הוא משקיע אנרגיה נפשית רבה על מנת להצליח בכך, והוא במצב של חרדה גבוהה עוד יותר גם מתוך חשש שלא יוכל להתמיד בהתנהגות זו.

יש להיזהר מהעמדת ציפיות גבוהות בפני הילד ו להימנע מאמירות כגון:

"כשאתה רוצה להתנהג יפה אתה יכול.."

"עכשיו כשאתה רגוע נעים לשחק איתך.. נעים להיות איתך."

עדיף להשתמש בחיזוקים שאינם מבקרים את התנהגותו הרגילה. לדוגמה: "לפעמים קשה לך לשמור על החוקים ולפעמים אתה מצליח",

"אתה משתדל להיות ילד הכי טוב שאפשר.. ואנחנו שמחים על המאמץ שלך, אבל תדע שאנחנו אוהבים אותך תמיד... גם כשלא כל כך מצליח לך..."

הימנעו מלשבח את התנהגותו ה"טובה" בפני אחרים (ילדים או מבוגרים), התייחסו להתנהגותו כאילו היא טבעית ורגילה ולא כאל הפתעה משמחת.

חשוב שמבוגרים תומכים יהיו בקרבת הילד ויעבירו לו תחושה שהם לוקחים אחריות על ההתרחשויות בסביבה. כדאי להציע לו משימות מרפות כמו: משחקי מים, חול, יצירה בחומרים שהוא אוהב, פעילות ספורטיבית ועוד.

התנהגויות ספיציפיות וסימפטומים

התנהגויות שונות, שמקובל לראות בהן התנהגויות מקובלות של ילדים בגיל הרך, בהופעתן אצל ילדים, שלא אופיינו בהן קודם לכן או, כאשר הן מתגברות אצל ילדים,

יכולות להוות ביטויים של חרדה, לחץ, תסכול וחוסר אונים:

היצמדות למבוגרים

באופן טבעי ילדים בגיל הרך זקוקים לדמות של מבוגר בסביבתם על מנת להרגיש בטוחים: פעוטות זקוקים למגע גופני (החזקתם "על הידיים", חיבוק). ילדים קטנים נראים פעמים רבות משחקים וחוקרים את סביבתם, כשמבוגר משמעותי נמצא ברקע: הם שומרים על קשר עין איתו, לעיתים מתקרבים אליו לקבלת חיזוק ועידוד להמשך משחקם. ילדי הגן עסוקים שעות רבות בפעילויות עם בני גילם, אך מתייחסים לגננת ולצוות כמקור לביטחון ולעזרה בשעת הצורך, ובדרך"כ אינם מבליים את רוב זמנם עם המבוגרים.

כאשר הצורך של ילד בקרבתו הצמודה של מבוגר מצביע על נסיגה לשלב התפתחות מוקדם, יש בכך משום התראה על קושי רגשי כלשהו, העלול לנבוע ממצב לחץ.

לעיתים ניתן לצפות בילד בגן הנמנע מכל פעילות שמיקומה רחוק מן הגננת או הסייעת: הוא צמוד אל אחת מהן ועוקב אחריה לכל מקום שבו היא נמצאת. יש שהילד אף נוגע בה, או מחזיק בבגדה ומתקשה להיפרד ממנה אף לדקות ספורות. היצמדות כזו יש בה כדי להעיד על אובדן ביטחון או על חרדה שאינם מאפשרים לילד לפעול.

דרכי תגובה מומלצות:

ילד, המגלה צורך רב בנוכחות מבוגר בסביבתו, זקוק לתמיכתו ויש לאפשר לו לקבלה. על אף שהתנהגותו נראית לא עצמאית ולא תואמת את התפתחותו, יש להיזהר מהעמדת ציפיות בפני הילד שאין ביכולתו להגשימן בתקופה זו. חשוב להימנע מאמירות כגון:

"תתנהג כמו בוגר.."

"ילד בוגר כמוך יכול להסתדר לבד.."

אמירות אלה תובעות ממנו התנהגויות שהוא מכיר בחשיבותן ויודע כי הן מצופות ממנו ואין הוא יכול להצליח בהן. יתר על כן, ייתכן שהוא חש בושה על היותו "תימקי", "ילדותי", כפי שהוא נרמז ע"י הסובבים אותו, דבר העלול להגביר את הרגשת המצוקה שלו ולהחריף את הצורך שלו להיצמד ולהיאחז במבוגרים לשם קבלת עזרה, תמיכה והגנה.

המבוגרים במצב זה צריכים להעביר לילד מסר ברור של הגנה ואישור לכך שהם מוכנים להיות זמינים בכל עת שירצה בכך.

שימו לבכם לכך, שאין זה הזמן המתאים לחנך לעצמאות וביטחון בילד שיבחר בפעילות עצמאית, כאשר ירגיש בטוח לעשות זאת.

כדאי לחזק את ביטחונו של הילד ולהכינו לקראת שינוי צפוי או אירוע העתיד להתרחש בקרוב.

חשוב מכל: אין "לברוח" מן הילד "הנצמד" מבלי להגיד לו! חשוב להיזהר שלא להפר את האמון שהוא רוחש למבוגרים.

עם זאת על מנת לאפשר לילד לחוות הצלחה בהתמודדות עצמאית, נצלו כל מצב מדומן, שבו הילד נמצא יחד עם חבר קרוב או בפעילות המרתקת אותו כדי שיחוש תחושת מסוגלות לעצמאות. זמנו לו מצבים שבהם נעזרים בו ילדים אחרים, במטרה ליצור איזון בין הצורך שלו להיעזר לבין תחושת היכולת שלו לעזור לאחרים.

כאבים גופניים

ילדים מתלוננים על מיחושים גופניים שונים: "כואבת לי הבטן", "כואב לי הראש" ועוד. בכל מקרה כזה חשוב כצעד ראשון להיוועץ ברופא! עם זאת, לא פעם מסתבר בבדיקות חוזרות שאין ממצאים פיזיולוגיים, על אף שיתכן שהכאבים שעליהם מתלונן הילד אכן קיימים.

יש משפחות, אשר בהן ההתייחסות לחולי ולכאב גופני מלווה בחרדה קיצונית, או שהיא מעוררת תגובות של דאגה והתגייסות לטיפול מסור. ילדים, הגדלים בסביבה משפחתית כזו, עלולים להרבות בהבעת סימפטומים גופניים על מנת לזכות בקרבה הדרושה להם מצד הוריהם.

חשוב לשים לב לכל מצב שבו מתלונן ילד על כאב כלשהו, או כשהוא נראה סובל ואינו מדווח על כך. יש לבחון האם קיימת מצוקה רגשית שעלולה להיות גורם להפרעה הגופנית. לדוגמה: יש ילדים הסובלים מבעיות נשימה, אשר מוחרפות ביתר שאת כאשר נמצא מקור כלשהו ללחץ.

מיחושים ותלונות על כאבים מתלוננים במקרים רבים לתחושה של מצוקה וחרדה. לכן כדאי, להיות ערים לגילויים מסוג זה על כל ההיבטים ולקרוא אותם כסימנים המעידים על כך שהילד זקוק לתמיכה.

דרכי תגובה מומלצות:

במצבים של תלונות על כאבים חשוב להיות בקשר רצוף עם הורי הילד, ובאמצעותם עם הרופא המטפל על מנת לגבש דפוסי תגובה עקביים התואמים את מצבו של הילד. חשוב בכל מקרה למצוא איזון בין האמפטיה לכאבו לבין הניסיון לשמור על השגרה בחיי הילד.

המבוגרים בסביבת הילד צריכים להיזהר מהקנטת הילד: "איזה הפוכונדר אתה!", "האם יש משהו שלא כואב לך?", "תמיד כואב לך משהו כשאתה צריך לעשות משימות...". וכו.

אמירות אלה מבטאות חוסר אמון בתלונותיו, עלולות להבהילו וכתוצאה מכך עלולים כאביו אף להחמיר.

מצד שני: אין להגזים בהתייחסות לכאבים ויש להיזהר לא להפוך את הילד ל"חולה". אל תאמרו: "מסכן, אתה כל כך סובל", ואל תרבו בשאלות סביב מצבו הגופני: "עבר לך הכאב?", "איפה בדיוק כואב לך?", התעניינות מרובת ושאלות מגבירות את מודעות הילד לכאביו, ולעיתים מחזקות את נטייתו להתלונן על כאבים, אף כשהם קלים והוא יכול להתמודד איתם.

חרדת בית ספר" (SCHOOL FOBIA)

לעיתים מסרב הילד ללכת למסגרת החינוכית ללא סיבה הנראית לעין. הוא בוכה כל פעם שעליו ללכת לגן, לפעמים כבר ערב קודם הוא מגיב באי שקט ובבכי, כשמוזכר הגן. תגובתו בכניסה לגן היא קיצונית וחרפה בהרבה מקשיי פרידה נפוצים, המוכרים בגילים צעירים. לעיתים נוספות לבכי תגובות גופניות כמו הקאות.

הופעת סימפטום זה דורשת התייחסות לילד כאל מי שנמצא במצוקה. קורה לפעמים במצבים אלה שההורים חושדים שקרה לילד אירוע בלתי נעים במסגרת הגן, והם מגיבים בחוסר אמון כלפי הוות. התערערות אמון של ההורים רק מחריף את תגובתו של הילד ונוצר מעגל סגור שקשה לצאת ממנו, מה גם שלרוב חשה הגננת מאוימת ונוטה להאשים את הורי הילד על כך שאינם נוקטים גישה נכונה כלפי ילדם.

דרכי תגובה מומלצות:

כאשר ילד הנתון במצב מצוקה מתנגד ללכת לגן, חשוב להכיר בעובדה שאין בהכרח סיבה אובייקטיבית או חיצונית כלשהי המהווה הסבר להתנהגותו.

שיתוף פעולה בין הצוות החינוכי וההורים מתוך אמון הדדי והסרת חשדנות חשובים ביותר להרגעת הילד ולהחזרת תחושת הביטחון שלו.

ההורים הנבוכים מהתנגדותו הנמרצת של ילדם להיכנס לגן והיצמדותו לבית, לא פעם "מרחמים" על הילד ומוותרים על יציאתו לגן: "רק היום תישאר בבית, אבל מחר תחזור לגן", או: "נסכים שתישאר היום בבית, בתנאי שמחר תלך...". הסכמים כגון אלה עלולים להיות פתחיה לתקופה שבה הילד הולך/לא הולך לסירוגין לגן ויוצר מעין מצב שבו הוא מרגיש שהשליטה בידי. מחד גיסא: זוהי תחושת כוח שנדמה כי היא מגבירה את הביטחון של הילד, אך מאידך גיסא: הילד המבחין בחולשת הוריו, עלול להיבהל מן המשא המוטל עליו ומן האחריות הכבדה המוטלת עליו וכתוצאה מכך הלחץ שבו הוא נמצא עלול להחריף.

כאשר הילד מגיע לגן, חשוב שהצוות החינוכי ינהג באופן טבעי כלפיו. אין צורך במתן חיזוקים על הסכמתו לבוא לגן, כי זו אמורה להיות התנהגות המצופה מכלל הילדים.

במצבים שבהם ניכר כי ההורים התייאשו, או שהילד נראה במצוקה קשה, ואין ביכולתו של הצוות החינוכי לעזור לו, כדאי לפנות ליעוץ פסיכולוגי ולהיעזר בו.

פחדים שונים

ילדים בגיל הרך מגלים פחדים שונים כחלק מתהליך של התפתחות תקינה. ילדים שונים פוחדים מדברים שונים: מן החושך, מברקים ורעמים, מבעלי חיים שונים, מתחפושות בחג הפורים, ממים זורמים, מאנשים מזוקנים ועוד ועוד. הדמיון נמצא אף הוא "בשירות הפחדים", ולא פעם ילדים יוצרים לעצמם דמויות שונות, לעיתים מפלצתיות, החודרות לחייהם ומפחידות אותם.

פחדים נורמטיביים המופיעים אצל ילדים בגיל הרך הם תהליכים מקדמי התפתחות.

הילד מצויד ב"אמצעים" להתגבר על פחדיו: הוא יוצר אינטראקציות עם הדמויות המשמעותיות לו (הורים, סבים, אחים, גננות) והם על פי רוב, עוזרים לו בהתמודדותו עם פחדיו. בגיל הגן הילד מרבה לשחק עם בני גילו, ובמשחקיו הוא פורק את רגשותיו השונים וביניהם גם את פחדיו. הילדים הסובבים אותו משמשים עבורו מודלים לחיקוי ושותפים לעולם הפחדים והם גם עוזרים לו בהתמודדותו.

כאשר מופיעים אצל ילד פחדים קיצוניים, שכל סובביו אינם מצליחים להפחיתם, כאשר פחדיו משבשים את פעילותו היום-יומית, כאשר הפחדים נמשכים לאורך תקופה ארוכה ואף מופיעים בתדירות גבוהה במשך היום והלילה, וכאשר ההרגשה המלווה את הצופים בילד היא ש"הפחדים משתלטים עליו", ייתכן שהם מוקצנים על רקע של מצב לחץ, שבו נתון הילד ויש להתייחס אליו כמי שמאותת לסובביו איתותי מצוקה.

דרכי תגובה מומלצות:

המבוגרים בסביבת הילד המרגיעים אותו באופן טבעי וספונטני, והם מקור לביטחון עבורו, מלמדים אותו דרכים להתגוננות מפני סכנות, מלמדים אותו להבחין בין דמיון למציאות ועוזרים לו לווסת את רגשותיו והתנהגותיו.

כל אלה מאפשרים לילד, שפחדים מציפים את עולמו הפנימי:

- למצוא לו תכנים ותחומי עניין מגוונים.
- להתגבר ולו אף לזמן קצר על המעצורים שמטילים עליו הפחדים.
- לחצות את המחסומים הרגשיים שהגבילו את פעילותיו.

חשוב שהגננת תעודד את הילד המגלה פחדים קיצוניים, תשמש לו משענת ותמיכה, תלווה אותו כאשר הוא מבקש זאת ותאפשר לו לשהות במחיצתה כל עוד הוא זקוק לכך.

יש להיזהר מאמירות הנוגעות לפחדיו: "מה קרה לך שהפכת להיות פחדן?", "אל תפחד, אין לך ממה לפחד", "ילד גדול לא מפחד" ועוד. אמירות אלה פוגעות ואינן מרגיעות, יתר על כן, הילד מרגיש שהוא מאכזב את הסובבים אותו או שונה משאר הילדים והדמיו העצמי שלו עלול להיפגע.

המסר שחשוב להעביר לילד הכבול לפחדים הוא מסר של הבנה, תמיכה ואמון ביכולתו להתגבר. לדוגמה: כשהילד מספר על פחד ממשוהו, יכולה הגננת להגיב בנימה מרגיעה: "אני אעזור לך להתגבר על הפחד, אני אשמור עליך ואהיה איתך עד שתרגיש שאתה יכול להתמודד גם בלעדיי", או: "כל אחד לפעמים פוחד ממשוהו, לפעמים אנחנו פוחדים אפילו ממשוהו דמיוני, אני שומרת עליך, ולא יקרה לך משהו רע, עוד מעט תצליח לסלק את הפחד..".

בכל מקרה אין להכריח את הילד לעשות משהו המפחיד אותו, אין "לדחוף" אותו או להאיץ בו לפעול ו"להפסיק לפחד". קצב איטי והדרגתיות בחזרה לפעילות יכולים להבטיח התמודדות טובה יותר של ילדים עם פחדיהם.

נסו לזמן לילד מרחב במקום ובזמן למשחקים סימבוליים וסוציו דרמטיים, שם יוכל למצוא אפשרות ביטוי לפחדיו. גם יצירה בחומרים שונים, משחקי חול ומים ואף סיפורים שעומדים יוכל הילד להזדהות, יכולים לעזור לו בהתמודדות.

בני רב

בכי הוא תגובה אנושית אוניברסלית חוצה עמים, תרבויות וסגנונות. הבכי מבטא עצבות, יגון וכאב. לעיתים הוא גלוי ומוחצן ולעיתים מוצנע, מוסתר וכבוש.

ילדים קטנים בוכים במצבי חיים שונים כתגובה לתסכול, לכאב פיזי, לתחושת פגיעה, לבהלה ואף כביטוי לחוסר אונים. יש ילדים שתגובת הבכי שלהם מורחבת יותר, והם משתמשים בו גם כמניפולציה להשגת רצונותיהם מתוך למידה שלמבוגרים "קשה לעמוד בפני בכי".

בגילאים הצעירים, החל מן הינקות, הבכי הוא אמצעי תקשורת המתווך בין הילד לבין המבוגר, הוא מהווה סימן גלוי לצורך של הילד בעזרת המבוגר. בשלב הקדם מילולי הוא מבטא את מצוקת התינוק: רעב, צמא, כאב, אי נוחות, עייפות, בדידות. כאשר התינוק גדל, הוא ממעיט את השימוש בבכיו לקריאה לעזרה ויכול לבטא במילים את צרכיו. לדוגמה: הוא יגש לאימו ויגיד: "אני רוצה מים..", "משעמם לי, בואי לשחק איתי" ועוד.

יחד עם זאת, מוכרים אותם ילדים שגם כאשר יש ביכולתם להתבטא במילים, עדיין הם מרבים לבכות ולא תמיד יודעים להעביר במילים את רצונותיהם ואת צורכיהם.

אולם בכי, שאינו מהווה דפוס אופייני בתקשורת של ילד מסוים, יכול להיות גורם המעיד על מצוקה. חשוב לשים לב לילדים שבתקופה מסוימת נראה שהם בוכים יותר מן הרגיל, עד כדי כך שהתחושה המלווה את הסובבים אותם היא שהם הפכו להיות ילדים "בכיינים" ו"טורדניים". בכיים ממושך, מופיע בשכיחות גבוהה מהרגיל ולעיתים הוא קולני או מונוטוני.

במצבים אלה מדווחים הורים ומבוגרים בסביבת הילד, שבכיו של הילד מעיק עליהם, מכעיס אותם, גורם להם ל"עצבנות" והם מתקשים לגלות אמפטיה כלפיו.

דרכי תגובה מומלצות:

חשוב להבין כי המועקה הכבדה שבה נמצא הילד, והמצוקה הרגשית שלו מועברות למבוגרים: ברגעים אלה עולה הרצון להתרחק מן הילד או להרחיקו על מנת "לברוח" מבכיו ומן המועקה שהוא משרה.

באופן פרדוקסלי, דווקא תחושה זו מצביעה על כך, שיתכן שהילד זקוק בצורה נואשת לקרבת מבוגר תומך שימצא את הדרך לליבו, שירגיעו, שיתקרב אליו ויעזור לו לצאת מבדידותו.

ילדים שבכיים לא נענה לאורך זמן חשים בודדים, חסרי אונים ומדוכאים ואף מפסיקים להשתמש בבכיו. הפסקת הבכיו על רקע של אי קבלת עזרה הוא מצב המסכן את בריאותו הנפשית של הילד, מרחיק אותו מן הסובבים אותו

ומפתח אצלו תחושה של חידלון.

נסו להיות אמפטיים כלפי הילד הבוכה גם כשבכיו מתמשך. הימנעו מהערות העלולות לפגוע בו כמו: "אתה בוכה כמו תינוק", "אם תמשיך לבכות לא תוכל להשתתף איתנו". הימנעו גם משאלות חוזרות ונשנות כמו: "מה קרה?", "למה אתה בוכה?", "כאשר הילד אינו עונה.

דוגמאות להערות שיכולות להרגיע הן: "אני בטוחה שאם אתה בוכה כל כך הרבה היום, כנראה משהו מאד קשה לך... או: "לפעמים כשבוכים הרבה, אחר כך מרגישים שיותר קל לנו", "כל אחד לפעמים בוכה", "אני אהיה איתך ואנסה לעזור לך למצוא משהו שיוכל להרגיע אותך..".

מגע פיזי כמו אחיזה יד, ליווי הילד, שמירה על קשר עין איתו והתייחסות לא ביקורתית - יש בהם כדי להפחית את השימוש בבכיו.

לעיתים שינוי במקום שבו נמצא הילד או הכוונתו לפעילות שידוע כי היא מעניינת אותו וחביבה עליו, מרגיעים את הילד לפחות לזמן מה.

צחוק וליצנות מוגזמים

צחוק של ילדים, התבדחות, מעשי ליצנות ועליזות גורמים הנאה וסיפוק למבוגרים, הרואים בהם ביטויים של ילדות מאושרת ומשוחחרת. ואכן, ילדים מרבים לצחוק ולהשתבב.

אולם לא פעם אנו עדים לבכיו ולצחוק המשמשים בערבוביה, ולא ניכר שהם מובחנים זה מזה כביטויים רגשיים. מבוגרים מתארים מצבים כמו: "בכיתי מרוב אושר ושמחה", ואף: "זה היה עצוב, אבל במקום לבכות, צחקתי".

אצל ילדים במצבי חרדה ניתן לצפות לפעמים בתגובות של צחוק ומעשי ליצנות, שקשה להפסיקם. ילדים אשר מגיבים בצחוק במקום בכי, עושים זאת אם משום שהבכיו מתפרש על ידיהם כ"לא בוגר", ואם כתגובה רגשית של מצוקה.

המבוגרים הצופים בצחוק של ילד כתגובה לאירוע עצוב עלולים לפענח את התנהגותו כ"בלתי הולמת". במצב זה הם כועסים על הילד ונזפים בו על התנהגותו הלא מכובדת.

לדוגמה, גננות מכינות את ילדי הגן לקראת הצפירה של יום הזיכרון. הילדים נראים כמי שמבינים שמדובר ביום עצוב, לעיתים הם גם מכירים ממשפחתם ומקרוביהם כי שכול ויתמות קשורים באירוע של יום הזיכרון. ובכל זאת, מדי שנה בשנה ביום זה מספרות גננות רבות, כי במהלך הצפירה ולאחריה חלק מן הילדים מגיב בפרצי צחוק והשתטות.

חשוב להכיר בעובדה, כי תגובת צחוק זו אינה קשורה לביזוי או לחוסר התחשבות ברגשות הפגיעים, אלא להיפך: לרוב היא מהווה ביטוי לחרדה הדומה לתגובת בכי.

צפירה היא דוגמה לאירוע מקומי קצר, ובו עלולים ילדים לחוות מצוקה, אך יש גם מצבי חיים מתמשכים של לחץ, אשר מובילים ילדים לתגובות מתמשכות של צחוקים בלתי מובנים, מעשי שטות או ליצנות כאיתותים של מצוקה.

דרכי תגובה מומלצות:

במצבים אלה על המבוגרים להגיב לתגובת הצחוק כאילו היא בכי: להרגיע את הילד ולהגיב בו תחושת ביטחון ומוגנות. כעסים ונזיפות בדרך כלל רק מגבירים את תגובת הצחוק ואת החרדה העומדת מאחוריו.

הימנעו מהערות כמו: "תפסיק לצחוק", זה לא מצחיק", לא נעים לראות שאת צוחקת על משהו עצוב", וגם משאלות כמו: "מה מצחיק אותך?" "תספר לי למה אתה צוחק?"

ניתן לעיתים לשקף לילד את התנהגותו: "אתה צוחק אבל בעצם אתה לא שמח, לפעמים זה יכול לקרות לכל אחד מאיתנו: כשאנחנו מאד עצובים או פוחדים משהו ולא יודעים מה לעשות, אנחנו צוחקים."

חשוב לעקוב אחרי ילד שתגובות אלה חוזרות בהתנהגותו וכשהן מתחילות, יש לדאוג להימצאות מבוגר בסביבתו שיעזור לו להירגע. כדאי להפנות את הילד לפעילות מובנית מוכרת לו ונהוגה עליו, לאפשר לו ביטוי יצירתי באמצעים שהוא בוחר או להובילו לפעולות של עזרה לאחר. מעורבות בפעילות של עזרה יכולה לחזק את הילד ולתרום לתחושת שליטה עצמית ומסוגלות.

התפרצויות זעם פתאומיות

ילדים בגיל הרך מגיבים בהתפרצויות זעם למצבי תסכול בדרך כלל כאירועים חולפים,

אך קיימים ילדים, שניתן לזהות אצלם התפרצויות כדפוס התנהגות חוזר בשכיחות רבה ובעוצמה גבוהה.

התפרצויות זעם יכולות להתבטא בתוקפנות כלפי ילדים ומבוגרים: מכות, בעיטות נשיכות, זריקת חפצים. ההתפרצויות יכולות להופיע בהתנהגויות כלפי חפצים: השחתת עבודות של ילדים, קלקול צעצועים ומשחקים, לכלוך ופגיעה ברכוש.

במקרים אחרים ההתפרצויות של הילד מופנות כלפי עצמו ומסכנות אותו: הדלקת אש, טיפוס למקומות גבוהים, נסיונות בריחה מן הגן, הטחת הראש ברצפה או בקיר, נשיכה עצמית.

להתנהגויות כגון אלה יכולות להיות סיבות שונות שחשוב לזהותן ולהתייחס להן בהתאם.

אחת הסיבות יכולה להיות מצוקה רגשית על רקע של מצב לחץ, טראומה או שינויים שהילד חווה כמאיימים על ביטחונו.

דרכי תגובה מומלצות:

ילד במצב של אובדן שליטה עצמית זקוק יותר מכל להגנה מפני עצמו, הוא זועק ומאזנת במצב זה שהוא זקוק לעזרה ולחום. חשוב שהמבוגר הקרוב לילד ימצא דרכי תגובה שירגיעו אותו וישמרו על כבודו.

(ראו פירוט בסעיף החרפת התנהגויות והעצמתן עמ' 7)

הפרעות אכילה

אוכל מהווה אחד מן הסיפוקים הראשוניים עבור כל פרט. התינוק מרגע היוולדו מצפה שאימו תספק לו את הצורך הבסיסי ביותר ויחד עם ההאכלה נוצרת ההתקשרות הרגשית שבין התינוק לאם (ובדרך כלל גם בין התינוק לאב, או כל מבוגר משמעותי אחר). עבור רובנו האוכל מעורר תחושות נעימות.

הרגלי האכילה של ילדים נרכשים בגילאים צעירים ורוב הילדים מתנסים בחוויית אכילה בארוחות משותפות במסגרת המשפחתית ובמסגרת החברתית החוץ ביתית (פעוטון, גן ילדים).

כאשר ילד כלשהו מגלה התנהגויות בלתי רגילות של אכילה, חשוב לנסות ולהבין את המקור להתנהגותו: האם עדיין לא הסתגל להרגלים המקובלים? האם קיימים קשיים או בעיות בריאות כלשהן המפריעות לו באכילה? האם קיימות הפרעות אכילה ממקורות רגשיים?

ידוע כי יש נערים (בעיקר נערות) מתבגרים הסובלים מהפרעות אכילה. פחות מקובל לחשוב על ילדים ופעוטות שיש להם הפרעות אכילה. חשוב להכיר בכך שגם ילדים צעירים מגלים לעיתים הפרעות אכילה: ניתן לזהות ילדים המסרבים לאכול, נמנעים מקרבה למקומות הקשורים לאוכל כמו: מטבח, שולחן אוכל, במקרים קיצוניים יותר ישנן תופעות של הקאות חוזרות. חשוב להיוועץ ברופא מומחה ולערוך בדיקות מקיפות כאשר נתקלים בתופעות אלה.

עם זאת, כאשר לא נמצאת סיבה פיזיולוגית, יש לתת את הדעת לכך שיתכן ומקור הבעיה טמון במצבו הנפשי של הילד, וכי ייתכן שהוא במצוקה קשה. בעיקר חשוב להיות ערים לשינוי דרמטי שחל בהתנהגות האכילה. לדוגמה: אצל ילד שנהג לאכול באופן רגיל יחסית, הן מבחינת כמויות המזון והן סוגי האוכל שהיו מקובלים בתפריט שלו, לפתע

ביטויים התנהגותיים של ילדים במצוקה - כיצד להגיב?

מופיעה ירידה ניכרת בתיאבון והוא מסרב גם למאכלים שידוע שהיו אהובים עליו. ללא ספק הפסקת אכילה או הימנעות ממצבים הקשורים באוכל בגילאים צעירים, כאשר לא נמצא מקור גופני, מהווים סימפטום חמור ויש לערב בנושא אנשי מקצוע מומחים.

לעיתים קיימת תופעה הפוכה של התגברות התיאבון ואכילה מרובה: ילדים אשר מתלוננים כל היום על רעב ומחפשים באופן פעיל דברי מזון שונים, הם אוכלים ללא הבחנה מכל הבא ליד וללא גילויי העדפת מזון. יש לפעמים התנהגויות אכילה נלוות הנראות מוזרות: ילדים חוטפים אוכל מצלחות של אחרים, אוגרים מזון וכדומה.

ילדים שהתנהגות האכילה שלהם נראית חריגה, או כאשר היא משתנה באופן פתאומי ללא סיבה פיזיולוגית ידועה, עלולים להיות ילדים המאותתים על מצוקה קשה. מקרים אלה דורשים בירור רפואי ופסיכולוגי.

הפרעות שינה

הורים רבים מתמודדים עם ילדים המתעוררים בלילה משנתם. התעוררויות ליליות מוכרות יותר אצל תינוקות, אך גם אצל פעוטות וילדים בגיל הגן יש לעיתים הפרעות שינה מסוגים שונים.

הורים נוטים לייחס סיבות גופניות להפרעות שינה אצל ילדים צעירים: "הוא לא ישן טוב כי היו לו כאבי שיניים", "הוא התעורר בגלל בעיות נשימה" ועוד. המודעות לקיומן של הפרעות שינה על רקע של מצוקה רגשית מתקשרת יותר לעולם המבוגרים: "לא עצמתי עין כל הלילה מרוב דאגה", "הוא לא מצליח להירדם בגלל מתחים שיש לו בעבודה".

מומחים בתחום השינה מעידים על כך שקשיי שינה יכולים להופיע בגיל הרך על רקע של מצב לחץ ומצוקה של הילד או אף של הוריו, ואפילו תינוק שאינו מסוגל להבין משמעות חווה, קולט ומגיב ללחץ שבו נמצאים הוריו.

הפרעות שינה יכולות להופיע בצורות שונות:

1) דפוס תגובה של חוסר שקט: ילדים המתקשים להירדם או ילדים המתעוררים בלילה פעמים רבות או מתוך סינטיים. דפוס זה מוסבר כאיתות מצוקה המעיר באופן פיזי את המבוגרים להתגייס לעזרה.

2) דפוס תגובה פסיבי ונסוג: שינה מרובה ולאורך כל שעות היממה, ילדים שנרדמים תוך כדי פעילויות במהלך היום ואף במהלך פעילויות בגן. דפוס זה מתייחס לשינה כמנתקת את הילד מסביבתו ועוזרת לו לאטום את עצמו ממצוקתו ומן הלחץ שבו הוא נמצא. (שדה, א. 1998)

חשוב לגלות עירנות לדיווחי הורים על בעיות בשנתם של ילדיהם ואף למצבים בגן, שבהם נרדמים ילדים כאירועים חוזרים ונשנים (להבדיל מאירועים מקריים בעקבות עייפות או מחלה). ייתכן שמאחורי התנהגויות שינה בלתי רגילות קיימות סיבות של מצוקה וסימני לחץ.

במצבים אלה חשוב להסתייע במומחים בתחום ולקבל את המלצותיהם לגבי דרכי תגובה מומלצות, בהתאם למצבו של הילד.

תגובות רגרסיביות (נסיגה)

מצבי לחץ, מצוקה בעקבות טראומה ואף מצבי חיים שבהם מתרחשים שינויים שגרתיים כמו: לידת אח, יציאה למילואים של האב ומעברים שונים גורמים בעקבותיהם אצל ילדים צעירים רבים תגובות רגרסיביות:

חוסר שליטה על ההפרשות, מציצת אצבע, מוצץ ובקבוק, דיבור בלתי ברור.

במצבי מצוקה חשוב להתייחס לכל התופעות ההתנהגותיות המאופיינות ע"י גרסיה כאל ביטויים חולפים של חוסר שליטה על המצב ואובדן הביטחון.

דרכי תגובה מומלצות:

התנהגויות נסיגתיות על רקע של מצוקה רגשית אצל ילדים צעירים אינן נדירות ולרוב כאשר תגובת הסובבים את הילד מעבירה מסר של קבלה, חוסר ביקורתיות והרגעה, הילדים מתגברים על מצוקתם וחוזרים לדפוס התנהגות בוגרים יותר שכבר רכשו.

1) ילדים שאינם שולטים בצרכים (הרטבה והצטאות): בכל מקרה שקיימת התופעה מומלץ תחילה לפנות לרופא הילדים לבדיקה מקיפה. כאשר אין סיבות רפואיות, חשוב שהצוות החינוכי יחד עם הורי הילד יגבשו גישות משותפות לעזור לילד:

- יש לדאוג לנקיון של הילד בעיתוי הצמוד להתרחשות, על מנת למנוע ממנו אי נעימות, בושה וחרדה כתוצאה מן ה"תקלה" שקרתה לו.
- חשוב לעזור לו להתגבר על מבוכתו ולא להתייחס למקרה כאל משהו שיש להתבייש בו.
- לילדים שכבר נגמלו מחיתולים, גם כאשר במשך תקופה ממושכת אינם שולטים על צרכיהם, יש להימנע מחזרה לשימוש בטיטולים, שכן הם עלולים לחוש השפלה ולפתח רגשות אשם סביב חוסר תפקודם ה"בוגר" המצופה מהם.

סבלנות, התייחסות מבינה, חיבה והרגעה מצד המבוגרים שבסביבת הילד, הם אלה שיובילו את הילד לשליטה עצמית ולתחושת ביטחון שתאפשר לו לתפקד בהתאם לשלב ההתפתחותי שבו הוא נמצא.

במקרים של נסיגה מתמשכת וכאשר לא ניכר שינוי לאורך זמן או כאשר הילד והוריו נראים מוטרדים מאד וחסרי אונים, רצוי להפנותם לייעוץ מקצועי של רופא ושל פסיכולוג.

2) חזרה לשימוש במוצץ, בקבוק, מציצת אצבע היא נסיגה לשלב התפתחותי קודם שהילד כבר יצא ממנו. התנהגות זו נובעת בדרך כלל מחרדה, מצוקה ולחץ. התנהגות

גרסיבית נפוצה עם לידת תינוק חדש במשפחה, אך גם בעקבות אירועים טראומטיים מעוררי חרדה.

חשוב לאפשר לילד "לחזור" ולהשתמש באמצעים המרגיעים אותו ויחד איתם לספק לו התייחסות של קרבה וחמימות, כפי שנוטים לעשות עם תינוקות ופעוטות.

יש להימנע מהקנטת הילד או מהתייחסות מבקרת כלפיו. אמירות כמו: "חזרת להיות תינוק...", "זו התנהגות שלא מתאימה לילד בגילך..." הן אמירות פוגעות בדימוי העצמי של הילד. חשוב להביע הבנה למצוקתו של הילד ולא לגרום לו להתבייש בעצמו. יחד עם התייחסות מקבלת לצורך של הילד "להיות קטן" חשוב להמשיך בשגרת הפעילויות שהוא רגיל להן ("ללך גדול"). בהדרגה ניתן לווסת את השימוש במוצץ או בבקבוק ולייחד לילד מקום או זמנים שבהם הוא יוכל להשתמש בהם. ("כשאתה במיטה אתה יכול להשתמש במוצץ אם אתה רוצה..."). או: "כשאנחנו אוכלים זה לא מתאים שתשתמש במוצץ, תוכל לקחת אותו איתך למיטה כשתשכב לישון...".

עם הבנה, יחס סובלני, תמיכה וליווי הילד במצב המצוקה שנקלע אליו, יחזור הילד להתנהגותו הברורה, יותר על סממני הנסיגה תוך רכישה מחודשת של ביטחון.

במצבים שבהם ההתנהגויות הרגרסיביות שתוארו לעיל מקובעות ולא נראה שהן זמניות וחולפות וכאשר ההורים מוטרדים, כדאי להתייעץ עם פסיכולוג.

3) דיבור בלתי ברור וגמגום מופיעים לעיתים אצל ילדים באופן פתאומי. נטיית הורי הילד היא לקשור את ההפרעה בדיבור למחלה שעבר הילד לאחרונה, לחוויה בלתי נעימה שחווה ("מאז שהוא נפל באמבטיה, התחיל לגמגם"), או לטראומה שידוע שעבר ("מאז התאונה היא מדברת בצורה לא ברורה"). אך קיימים מצבי חיים רבים שבהם אין לסובבים את הילד השערה כלשהי לגבי מקורות אפשריים לתופעה.

חשוב מאד לא להתייחס לגמגום כאל פגם או מום שיש לתקן ויש לאפשר לילד לבטא את עצמו. המטרה היא שהילד לא יימנע מדיבור ולא יפסיק לשוחח עם חבריו על מנת שלא תיפגע התפתחותו. לגננת תפקיד חשוב בעידוד הילד להמשיך ולהשתמש בצורה מילולית בתקשורת עם סביבתו. הגננת צריכה גם להיות ערה לתגובות הילדים בסביבה העלולים לחקותו וללעוג לו. עליה לעודד את חבריו להבין את הקושי שלו להיות סובלניים ולא לשנות את יחסם אליו.

כאשר הילד מתקשה מאד להשלים מילה, מדי פעם ניתן לעזור לו, אך לא רצוי להפוך זאת לדרך בתקשורת איתו. ברוב המקרים כאשר הילד מגמגם ונתקע, הוא יצליח להשלים את דבריו, אם יחוש בנינוחות מצד המאזין לו.

ככל שהסביבה תהיה אמפטית כלפי הילד, סבלנית וסובלנית בתקשורת איתו, כך גבוהים הסיכויים לכך שהגמגום יחלוף.

גמגום המופיע אצל ילד, לרוב מעורר אצל הוריו בהלה וחשש שה"פגם" יישאר לאורך זמן ויגביל אותו. כיוון שלחרדה וללחץ של ההורים יש השפעה על הילד, ויש בהם כדי להחמיר את הגמגום, חשוב להרגיע את ההורים אם באמצעות הגננת שיכולה לתאר בפניהם מקרים דומים שזכורים לה ואשר הבעיה חלפה, ואם ע"י הפנייתם להתייעצות מקצועית אצל קלינאי תקשורת או פסיכולוג, שיתנו להם תמיכה וייעוץ להם בנושא ההתייחסות הנכונה לגמגום ולילד.

התנהגויות ומחשבות כפייתיות

ילדים המסגלים לעצמם התנהגויות חזרתיות, כפייתיות או כאלה הנראות מזרות, ואף כאשר הם מדווחים מילולית על מחשבות ה"רודפות" אותם, עלולים להיות ילדים המאותרים על מצוקה קשה. גם הופעת אוננות מוגברת וכפייתית, המשבשת את חיי הילד ומפריעה לו בפעילויותיו יכולה להוות איתות מצוקה.

באמצעות ההתנהגות הכפייתית הילד מנסה לארגן, לסדר ולשלוט בעולם הסובב אותו, כאשר הוא מרגיש מאויים ובלתי בטוח בו.

חשוב לציין, שגם ילדים שאינם במצב מצוקה לעיתים מסגלים לעצמם התנהגויות חזרתיות וסטריאוטיפיות, אלא שאז נוכל להבחין ביכולתם לשלוט בהתנהגויות אלה ולהפסיקן כשהם מחליטים על כך. לעומת ילדים במצוקה שהתנהגויותיהם הכפייתיות "שולטות" בהם.

דוגמאות:

- ילד שנכנס בדרך מסוימת וקבועה לגן: על קצות האצבעות, או שהוא עובר את סף הדלת ויוצא מספר קבוע של פעמים עד לכניסתו הממשית לתוך הגן.
- ילדה שאינה מוכנה לפשוט את המעיל והכובע לאורך כל שעות היום בגן, גם כאשר מזג האוויר חם.
- ילדה שהולכת רק על הקווים של המרצפות ומקפידה שלא "לטעות".
- ילד שסיגל לעצמו תנועות ידיים של שילוב אצבעות ופתיחת כפות הידיים באופן חזרתי, לפני שהוא מתחיל לאכול.
- ילדה שמספרת כי יש לה מחשבות על חתולים שמטיילים לידה כל הזמן.
- ילד שמאונן לאורך שעות ארוכות בגן. האוננות המרובה הפחיתה את כל פעילויותיו השגרתיות בגן והוא ממעט לעסוק גם בדברים האהובים עליו. גם מעורבותו החברתית פחתה.

התנהגויות כפייתיות, כשהן מופיעות אצל ילד באופן פתאומי, ייתכן שבאופן סימבולי הן מעידות על רצונו "לסדר" את העולם ולהנהיג דפוסים קבועים לפעולות שהוא עושה. ייתכן שהתנהגויות אלה מרמזות על מחשבות מאגיות של הילד המרגיש חרדה מפני המציאות, אשמה על אירועים קשים בחייו או הרגשת בלבול בעקבות חוויות טראומטיות.

דרכי תגובה מומלצות:

כדאי שלא להתייחס התייחסות מיוחדת להתנהגות החזרתית של הילד. אין לשאול אותו שאלות כמו: לשם מה אתה עושה זאת?, או: "מה התנועות האלה שאתה עושה?" וכו'. שחשוב להיזהר מהערות פוגעות כמו: "כמה פעמים אתה נכנס ויוצא מפתח הגן עד שאתה נכנס פנימה סוף סוף...?" או: "אולי כבר תפסיק עם התנועות המוזרות שלך!" הערות אלה עלולות להחריף את ההתנהגות שאותה בעצם רוצים המבוגרים הסובבים את הילד להכחיד.

חשוב שהגננת תעקוב אחרי תגובות ילדי הגן, העלולים ללעוג לילד, להציק לו ואף להתגרות בו ולהפכו ל"שעיר לעזאזל" כתגובה להתנהגותו המוזרה.

במצבים שבהם נראה הילד "תקוע" עם התנהגות חזרתית, אפשר להציע לו משימה מובנית או עיסוק שידוע שהוא אוהב או מתעניין בו. הוצאתו מהתקיעות ע"י פעילות מספקת ומהנה היא אחת מן ההתערבויות שגננת יכולה להפעיל בצורה טובה יותר מהורי הילד שמעורבותם הרגשית וחרדתם לנוכח התנהגותו של ילדם, עלולה למנוע את נסיונם להפסיקה.

במקרים שהתופעה מתמשכת לאורך תקופה שבה לא ניכרת הפחתה בהתנהגויות סטריאוטיפיות או שהן מתרחבות, רצוי להתייעץ עם איש מקצוע ולהפנות את ההורים והילד.

אוננות כפייטית - התנהגות של אוננות כפייטית אצל ילד גורמת בדרך כלל אי נוחות, מבוכה ובושה להוריו. הורים רבים מעירים לילד לעיתים בחוסר עדינות או בכעס על מעשיו. בעקבות זאת, מרגיש הילד אשם, רע ואולי גם מבויש על מעשיו, אך הוא אינו יכול להפסיק לאונן. לעיתים הוא אף אומר שאינו יכול לשלוט במעשה.

לתגובות הגננת יכולה להיות השפעה מרגיעה. עליה למצוא דרכים ליצור עבור הילד אווירה שלווה, לספק לו תעסוקה ולכוון את פעילותו תוך הפחתת הדרישה לבחירה או החלטה עצמאית, שייתכן שהן מלחיצות אותו.

יש להיזהר שלא להעיר לו על האוננות, אך כאשר היא מתרחשת באופן גלוי במקומות ובמצבים שהיא הופכת להיות מטרד לסובבים אותו כמו: שולחן האוכל, מפגש קבוצתי, או במחיצת חברים, יש למצוא דרכים עדינות להפסקתה. ("אולי אתה יכול להביא לי כוס מים מהמטבח..?" או: "בפינת הקשב תוכל להיות ביחידות ופרטיות עם ספר שאתה אוהב..").

כאשר אין דרך להפחית את האוננות, או כאשר תפקודו של הילד בחיי היום יום נפגע, כדאי להמליץ על התייעצות עם איש מקצוע.