

תוכן עניינים

פרק ראשון – מעורבות ההורים בגיל ההתבגרות : הגדרה מה זה מעורבות ומה זה גיל ההתבגרות

מהי מעורבות הורים, סוגי מעורבות ודרכים להיות מעורב

גיל ההתבגרות - הגדרה ומאפיינים

פרק שני – הורות בגיל ההתבגרות

תפקיד ההורים בגיל ההתבגרות

סוגיות בגיל ההתבגרות ומתי ההורה צריך להיות מעורב

פרק שלישי – להתערב או לא להתערב: יתרונות וחסרונות "מנגנוני השפעה של מעורבות הורים"

מבוא.....3

יתרונות המעורבות של ההורים.....3

חסרונות המעורבות של ההורים ולמה מובילה מוערבות-יתר.....5

סיכום.....7

ביבליוגרפיה.....8

פרק שלישי – להתערב או לא להתערב: יתרונות וחסרונות "מנגנוני ההשפעה של מעורבות הורים"

מבוא

סוגיית מעורבות ההורים בחיי ילדיהם המתבגרים הינה סוגייה שנחקרה רבות בספרות המחקרית, שכן עם גיל ההתבגרות, הילד מחפש אחר עצמאות ואוטונומיה, ומשימת ההורה הינה לאפשר משימה התפתחותית זו, תוך פיקוח והצבת גבולות, לצד מתן תמיכה וחום (שחר-דייטש, 2014). לפיכך, מתן אוטונומיה וחופש פעולה לילד המתבגר אינה משמעותה היעדר נוכחות של ההורה ולכן, הורים רבים מוצאים את עצמם מתלבטים לגבי מידת המעורבות הנחוצה מצידם בחיי הילד. פרק זה מבקש לבחון את היתרונות והחסרונות של מעורבות מצד ההורה בחיי המתבגר. נראה כי לסוגייה זו ישנם שני צדדים, אשר מחד מעורבות מותאמת מצד ההורה עשויה לקדם ולתרום להתפתחות האקדמית והחברתית-רגשית של המתבגר (Wang & Sheikh-Khalil, 2014). מאידך, ייתכן ומעורבות לא מותאמת מצד ההורה, מעורבות חודרנית או מעורבות יתר עשויה אפילו לפגוע לא רק ביחסים בין ההורה והילד, אלא להשפיע באופן שלילי על תהליך ההתפתחות של הילד, לפגוע בעצמאותו (Locke, Campbell & Kavanagh, 2012) ואף לגרום לו להביע התנהגויות סיכון (Merriin et al., 2019). כמו כן, בפרק זה מוצגים לא רק היתרונות והחסרונות למעורבות ההורה, אלא מציג כיצד סוגי מעורבות או דרכים בהם ההורה מנסה להיות מעורב, משפיעים באופן חיובי או שלילי על התפתחות הילד.

יתרונות המעורבות של ההורים

מעורבות ההורים בחיי ילדם המתבגר עשויה לקדם באופן משמעותי את הרווחה הנפשית והפיזית של הילד וכן, עשויה להוות גורם משמעותי בהצלחתו של המתבגר מבחינה אקדמית, רגשית וחברתית. לדוגמא, מבחינה אקדמית נמצא שמעורבות הורים הינה המנבא המשמעותי ביותר בהשגת ציונים והישגים גבוהים של מתבגרים, יותר מאשר מעורבות ישירה של המורים בבית הספר, לדוגמא. מתבגרים אשר הוריהם היו מעורבים ברמה גבוהה יותר בחייהם, ביססו עימם תקשורת חיובית וכן, ניהלו עימם שיחות תכופות אודות בית הספר והלמידה, היו בעלי הישגים לימודיים גבוהים יותר והחמיצו פחות ימי לימודים, בהשוואה למתבגרים שהוריהם לא גילו רמת מעורבות גבוהה (Hayes, 2012). הורים שמשדרים לילדם את החשיבות והערך של חינוך ולימודים, וכן דנים עימם אודות תכניות לעתיד, עוזרים לילד להניע ולפעול למען הצלחתו בלימודים, להישגים גבוהים וכן, להעריך בעצמו את חשיבותו של בית הספר. כך, תקשורת חיובית בין ההורה והמתבגר המתקיימת בסביבה ביתית תומכת אינטלקטואלית נמצאו כמסייעות בצורה משמעותית להישגים גבוהים ולמעורבות אקדמית חיובית מצד המתבגר (Wang & Sheikh-Khalil, 2014).

בנוסף, נראה כי מעורבות הורים בגיל ההתבגרות לא תורמת רק לתפקוד האקדמי של המתבגר, אלא גם לתפקודו הרגשי. הורים שמגלים מעורבות בנעשה בבית הספר, למשל משתתפים באירועים ובפרוייקטים התנדבותיים של בית הספר, נמצאו כמסייעים לבריאותו הנפשית של

הילד. נראה כי הורים אשר משתתפים באירועים בבית הספר, מעבירים למתבגר את המסר שהם מייחסים חשיבות רבה לנעשה בבית הספר, לא רק מבחינה לימודית, מספקים למתבגר תחושת אכפתיות, תמיכה וכן, יוצרים חיבור חזק עימו. כמו כן, דיון ותקשורת אודות ציפיות ההורים לגבי תפקוד המתבגר בבית הספר, עידוד מטרות אקדמיות ופיתוח קריירה ובניית תכניות והכנה התומכות בכוונות העתידיות של הילד, נמצאו כתורמות לרווחה הנפשית של המתבגר. תקשורת כזו עם ההורים מסייעת למתבגר לפתח אסטרטגיות מתאימות שסייעו לו להתמודד עם אתגרים לימודיים ומתן מענה לצרכים התפתחותיים, כל זאת על ידי מתן אמון במתבגר וביכולת שלו להצליח ולבנות את זהותו האישית (Wang & Sheikh-Khalil, 2014). לדוגמא, באמצעות דיון על בניית תכניות עתידיות, ההורים מדגימים למתבגר מנגנון התמודדות בו הם 'לוקחים שליטה על המצב'. אסטרטגייה זו עוזרת להפחית תסמיני דיכאון, מגבירה תחושת מסוגלות עצמית ומפחיתה תחושה של חוסר אונים (Baird, Scott, Dearing, & Hamill, 2009). שחר דייטש (2014) במאמרה סוקרת מספר מחקרים המצביעים על הקשר החיובי בין מעורבות הורית ורווחה נפשית של המתבגר. נראה כי מתבגרים הגדלים בבית בו שני ההורים מגלים מעורבים, בעלי סיכוי גבוה יותר להיות עצמאיים, סקרנים, לפתח זהות מינית יציבה, בעלי יכולת להתמודד עם לחצים, רגישים ואמפתיים.

מעורבות מאוזנת של ההורה בבית הספר של המתבגר, עשויה לסייע ביצירת חיבור וקרבה רגשית, דבר שעשוי לספק בסיס פורה לבניית ייצוגים חיוביים של העצמי (Wang & Sheikh-Khalil, 2014). כמו כן, מעורבות של ההורה בדרך מכילה, תומכת, מכוונת, כזו שיוצרת גבולות ואינה מושתתת על שיפוטיות או שליטה, אלא מאפשרת למידה, מספקת אכפתיות ונוכחות עקבית בחיי היומיום של המתבגר- נמצאה כגורם חוסן משמעותי במניעה של התנהגויות סיכון (הראל-פיש, 2014). למעשה, מעורבות הורית המשלבת השגחה ופיקוח עם תמיכה וחום, מסייעת למתבגרים לעבור את גיל ההתבגרות "בשלום" ומצמצמת באופן משמעותי את הסיכון להתנהגות אנטי סוציאלית מצד המתבגר, וכן, מפחיתה את הסיכוי לשימוש בסמים ואלכוהול (שחר דייטש, 2014).

בהמשך לכך, עומר (2008) דן במושג 'השגחה הורית'. על פי עומר, מטרת ההשגחה ההורית (בסיוע בני משפחה וסביבה תומכת) היא להראות נוכחות הורית עקבית ונחושה על מנת למנוע מהילד לקיים פעילויות שמסכנות אותו כמו שימוש בסמים והתחברות לסביבה עבריינית. נמצא קשר בין השגחה הורית לבין ירידה בהתנהגויות סיכון בקרב בני נוער, שכן השגחה הורית מפחיתה בעיות התנהגות, מעורבות בסיטואציות מסוכנות, שימוש בסמים והתרועעות עם חברים המשפיעים לרעה. באותה נשימה, נראה כי השגחה הורית מגבירה יכולת הסתגלות, הערכה עצמית והישגיות אקדמית של המתבגר. יתר על כן, נראה כי על מנת שהשגחה הורית תהיה יעילה ובעלת השפעה חיובית על המתבגר, עליה להיות גמישה ומותאמת לחומרת הסיטואציה ולמצב של הילד. לפיכך, על מנת שהמתבגר יוכל להפיק מההשגחה ההורית, על ההורה לפעול בהתבסס על התנהגות המתבגר ולהגביר או לפחית את המעורבות, בהתאם למצב. מעורבות הורית מותאמת וגמישה נמצאה קשורה לרמות נמוכות יותר של התנהגויות סיכון בכלל והתנהגויות אלימות בפרט במהלך גיל ההתבגרות. כמו כן, מעורבות הורית נמצאה גם לא רק כגורם חוסן, אלא גם כגורם מתווך כאשר המתבגר נחשף ומתרועע בחברה אלימה. נראה כי מעורבות וניטור הורי אחר התנהגות המתבגר עוזרת למתן עלייה בביטוי של התנהגויות אלימות ובעייתיות, גם כאשר הסביבה החברתית של המתבגר אינה מטיבה. ממצאים אלו מצביעים על ההשפעה החיובית שיש