

תוכן עניינים

מבוא עמ' 1

פרק א': מושגים מרכזיים

גיל ההתבגרות עמ' 2

זהות עצמית עמ' 3

בלבול זהות עמ' 3

קבוצת השווים עמ' 4

פרק ב': עיצוב הזהות העצמית של המתבגר עמ' 5

פרק ג': גורמים המשפיעים על עיצוב הזהות העצמית והשתלבות חברתית עמ' 7

סיכום עמ' 10

ביבליוגרפיה עמ' 11

מבוא

עם הופעת גיל ההתבגרות, מסתיימת תקופת הילדות. תקופת ההתבגרות היא תקופה רגישה, המאופיינת בהתפתחויות פיזיולוגיות ופסיכולוגיות בקרב בני נוער. המתבגרים גדלים במהירות, ומתמודדים הן עם המהפכה הפנימית של גיל ההתבגרות והן עם משימות של מבוגרים שעדיין אינן ברורות להם לחלוטין. בתקופה זו, עסוקים המתבגרים בהתפתחות הפסיכולוגית והחברתית שלהם, ובהתאמה של הכישורים שרכשו לחברה ולתרבות בה הם חיים.

בחברה המודרנית של ימינו, אשר מאופיינת בהתפתחות טכנולוגית מהירה ודינמיות גבוהה, האתגרים החברתיים והרגשיים של המתבגרים גדלים. מצד אחד, קיים בפניהם מגוון רב של אפשרויות והנגישות למידע היא גבוהה, אך מצד שני, ריבוי האפשרויות והמגוון הגדול של מקצועות ותחומי עניין ועיסוק עשוי לבלבל את חלקם. בנוסף, בשל עומס המידע הרב והנגישות שלו, הם גם הרבה פחות מוגנים מאשר בעבר. על זה נוספת התחרות וההישגיות בין בני הנוער שבאה לידי ביטוי גם דרך הרשתות החברתיות ואינה מקלה עליהם את תקופת ההתבגרות.

ואכן, בתקופה זו מתעצבים ומתבססים הדימוי וההערכה העצמית של בני נוער, וזמן הפנאי מהווה חלק משמעותי משעות יומם. בנוסף, בתקופה זו מתרחשים שינויים משמעותיים בציפיות מהמשפחה ומהמערכות החברתיות הסובבות אותם. מתבגרים רבים חווים חוויות חדשות, מבלבלות ולעתים מאיימות, ולכן השתייכות חברתית בעולמם הופכת להיות חשובה מאוד. קבוצת השווים מציעה מקום רגשי ופיזי בו יכול המתבגר לחלוק רגשות ותחושות דומים ולהרגיש שאינו לבד בכל התהליכים שעוברים עליו.

תקופת ההתבגרות מאופיינת בחיפוש אחר זהות עצמית ובהתלבטויות וספקות רבים אשר מלווים את המתבגרים. אלו עוברים תהליך של גיבוש וארגון מחדש של ההזדהויות שלהם מהילדות, כישורים מולדים, מיומנויות, הישגים ותכונות ומגבשים התחייבויות מקצועיות, השקפות עולם ועמדות. תהליכים אלו מושפעים מהקשר והיחסים ההדדיים בין המתבגרים לבין החברה, אשר תורמים לעיצוב זהותם.

התמודדות מוצלחת, אם כן, עם משימות גיל ההתבגרות תבוא בסופו של דבר לידי ביטוי בגיבוש של זהות ברורה וחיובית אשר תשפיע על המשך תפקודו של המתבגר כמבוגר בחברה. לעומת זאת, התמודדות בעייתית עם משימות גיל ההתבגרות עלולה לגרום לפיזור זהות, ולהוביל לפגיעות רגשיות, התנהגות בעייתית, חוסר הסתגלות ואף אלימות והתנהגות עבריינית.

בעבודה זו אדון בהשפעת עיצוב הזהות העצמית של מתבגרים על השתלבותם החברתית. בפרק א' אסקור את המושגים המרכזיים הנידונים בעבודה, ולאחר מכן ארחיב בפרק ב' בנושא עיצוב הזהות העצמית של מתבגרים. בפרק ג' אבדוק אילו גורמים משפיעים על עיצוב הזהות העצמית של מתבגרים ועל ההשתלבות החברתית שלהם. כמו כן, אבחן מה עשוי לתרום להתפתחות זהות עצמית מגובשת והשתלבות מיטבית בחברה.

פרק א': מושגים מרכזיים

בפרק זה אסקור את המושגים העיקריים הנידונים בעבודה זו.

גיל ההתבגרות. המילה "התבגרות" מקורה במילה הלטינית adolescence, שפירושה הוא לצמוח, או לצמוח לקראת. גיל הבגרות הוא תקופת מעבר, מעין גשר מהילדות לבגרות, אשר מאופיין בתהליכים של שינוי המקיפים היבטים שונים של התפתחות בתחומים רבים: שינויים פיזיים, שינויים בתפיסה ובעמדות, שינויים מוסריים ושינויים חברתיים. בתחום החברתי, תקופה זו מוגדרת כתקופה של הכנה לקראת תפקיד המבוגר (רוטשטיין, 2012, עמ' 2).

גיל ההתבגרות מוגדר מגיל 11-18, ומקובל לחלק תקופה זו לגיל טרום ההתבגרות (11-13); גיל ההתבגרות (13-16) וההתבגרות המאוחרת (16-18). המתבגר מתחיל את תקופת ההתבגרות שלו בהתאם להתפתחות ההורמונלית הייחודית לו, וסיומה של תקופה זו מוגדר על פי הציר החברתי, כיוון שמעמדו של המתבגר משתנה בחברות שונות. בהתאם לחברה, משתנה הגיל בו מגיע המתבגר לעצמאות כלכלית, חברתית ומשפחתית. בישראל, חובת השירות הצבאי מגדירה את תחילת שלב הסיום של גיל ההתבגרות (אפטר, הטב, ויצמן, טיאנו, 2010, עמ' 121).

גיל ההתבגרות הוא גיל התפתחותי נורמטיבי, כאשר 80% מהמתבגרים עוברים אותו ללא סערות רגשיות חריגות, ומגיבים היטב לחברה ולערכים התרבותיים שלה. בתקופה זו, מתעצבת האישיות שלהם על ידי סינתזת הדרגתיות של ה"אני", כאשר נוצרת היררכיה ברורה של תפקודי ה"אני", מנגנוני ההגנה וההתמודדות. בנוסף, מתקיים ניגוד בין הבשלות הביולוגית, היכולת לפריון והשוויון מבחינה ביולוגית להורים, מצד אחד, ובין המשך התלות הכלכלית והחברתית בהורים, מצד שני, אשר מסביר הרבה מהמאפיינים של גיל ההתבגרות (אליצור, טיאנו, מוניץ, נוימן, 2016, עמ' 38-40).

עולמו של המתבגר הוא בחלקו עדיין בעולם הילדים ובחלקו בעולם המבוגרים, ולכן נוצרת לעתים אי ודאות בנוגע למעמדו האישי. חוסר הבהירות ואי היציבות של המצב הנפשי שהמתבגר נמצא בו, גוררים עמם חוסר יציבות וחוסר עקביות בהתנהגותו. מצב זה עלול להוביל למשבר, כיוון שהמתבגר תופס את העולם בדרך שונה מזו של המבוגרים סביבו. הוא משליך על העולם הרבה מעמדותיו האישיות וערכיו, ואינו מסוגל להסתכל על הדברים בצורה אובייקטיבית. המתבגר חי במעין בועה המגינה עליו מכל תחושה של פגיעות וחולשה, אך הפגיעות קיימת, גם אם המתבגר אינו מודע לקיומה, ואם יעשה צעד לא נכון, היא תפגע בו במפתיע (אפטר ואחרים, עמ' 131-132).

בנוסף, בעולם של ימינו, גדלים המתבגרים בחברה המאופיינת בשינויים מהירים וחדים, אשר מתרחשים בתחומים טכנולוגיים וכלכליים, אך גם בחיי החברה והתרבות של הקהילה והמשפחה. בתקופת ההתבגרות, בה נתון המתבגר ממילא למשברים התפתחותיים רבים, עלולים להתעצם מצבי חרדה ודחק נפשי כתוצאה מההתפתחויות החברתיות, הכלכליות והטכנולוגיות המהירות הללו. כתוצאה מכך, מתקשים בני נוער רבים להתעצב ולעצב כיווני התפתחות ברורים ועקביים (רוטשטיין, עמ' 2).

זהות עצמית. אריקסון (Erikson), שהרבה לעסוק בסוגיית הזהות, מיקד את תקופת ההתבגרות בסוגיה של זהות לעומת ויתור על העצמיות. הזהות היא מצב דינמי, מצטבר ומתפתח. הילד רוכש זהות חברתית, מקצועית ותרבותית, אותה הוא מצרף לזהותו כשל מתבגר ולאחר מכן של מבוגר. התנהגות החברה כלפי האדם משקפת בעצם את הזהות שהיא משייכת לו. כאשר הוא מגבש את