

חופשי זה לגמרי

המסדרונות ריקים וכל הכיסאות כבר מורמים, אך האם הסבל, החרם והבריונות שבני נוער חווים במהלך שנת הלימודים נגמרים ברגע שהחופש הגדול מתחיל?

מאת כת"צ ארד זצ // תמונה shutterstock



על התופעה המוכרת של בריונות נאמר כבר הכול, וככל שממדיה גדלים, כך גדלה גם המודעות אליה. היום אנחנו כבר יודעים שמרבית מקרי הבריונות והנידוי החברתי מתחילים בין קירות בית הספר, שכן שם מבליים התלמידים את רוב זמנם וכך הם חשופים ליותר מקרי בריונות; אבל מה קורה כאשר אין יותר ספסל לימודים לשבת עליו או מחברת לכתוב בה, וכולנו יוצאים לחופש ארוך? שוחחנו עם כמה בנות נוער על האופן שבו משפיע החופש על אותם בני נוער מנודים, לטוב ולרע. המסקנות? מרתקות.

מחפשת שקט

"זו תחושת דיכאון נוראית. אני הרי יודעת שכולם מבליים בקיץ ועושים חיים, ורק אני תקועה בבית"

כבר לא מתביישת

הסיפור של אריאלה היימן (19) קצת שונה. אריאלה החליטה להיחשף כאן בשמה המלא, ביוזמתה. את הסיפור האישי שלה היא לא מתביישת לשתף, ולא רק איתנו. יחד עם חברה הקימה אריאלה דף פייסבוק שנועד לעורר מודעות לתופעה הנוראה. "הקמנו את הקבוצה על רקע דחייה חברתית שעברנו", היא מספרת לנו. "אנחנו פעילות כבר שנתיים, והגענו להמון אפיקי תקשורת".

אריאלה כבר סיימה את לימודיה בבית הספר, אבל היא עוד זוכרת את התחושה של יציאה לחופש הגדול בתור בת נוער מנודה.

איך הרגשת כשנגמר השיעור האחרון?

"מצד אחד, הרגשתי שחרור - לא אצטרך לראות שוב את כל האנשים שעשו לי רע. כשאני אומרת 'אנשים' אני לא מתכוונת רק לילדים: היו תקופות בבית ספר שגם המורים לא היו נחמדים אליי. מצד שני, זו תחושת דיכאון נוראית. אני הרי יודעת שכולם מבליים בקיץ ועושים חיים, ורק אני תקועה בבית. ובכל זאת, זה היה עדיף. אני זוכרת שהייתי מעודדת את עצמי: 'עוד מעט יוצאים לחופש'. זה הדבר היחיד שהשאיר אותי שפויה".

זכורות לך חוויות כיפיות מהחופש הגדול?

"בטח! יום ההולדת שלי חל בחופש הגדול, ואימא שלי לקחה אותי לטיול בת מצווה בטורקיה. היינו במלון 'הכול כלול' ענקי ואני זוכרת ששכבתי על מזרון ים בבריכה וחשבתי לעצמי 'כמה טוב שאני פה, רחוקה מהגיהנום ההוא שם'. זה היה רגע מאושר שאני זוכרת היטב".

מה היית מציעה לאחרים במצבך?

"לזכור שיש שתי ברירות: האחת היא לשבת ולבכות כמה רע, כמה שהעולם לא הוגן ולהתחנן לצדק, והשנייה היא לעשות מעשים. נכון, בבית הספר לא סובלים אותי, אבל יש המון מקומות שעדיין לא הכירו אותי בהם, ושם אפשר לפתוח דף חדש. יכול להיות שזה ייקח קצת זמן, אבל אתם תמצאו מישהו להתחבר אליו. לעומת זאת, אם תישארו בבית בחיבוק ידיים, זה לעולם לא יקרה. הכוח לשנות קיים בכל".

המציאות בבית הספר קשה, כך לפחות מספרת סי' (15) כשאנחנו מבקשים ממנה לשתף אותנו כמה שעובר עליה כשהחופש הגדול עוד לא נראה באופק. "כשאני הולכת לבית הספר בבוקר, כל הבנות שאני עוברת לידן צוחקות ומצביעות עליי. כשיש דיון בכיתה, למשל, תמיד עוקצים אותי ואומרים לי שכל מה שאני אומרת או עושה זה כדי לקבל תשומת לב, למרות שאני רק רוצה להשתתף. אני רק רוצה שיהיה לי שקט. שאף אחד לא יצחק עליי או ירביץ לי".

יש לך תכניות לחופש הגדול?

"אני מתכננת להעביר אותו בבית, אבל למי שפחות בעניין של רביצה ורוצה להיפתח לחברים חדשים ולהשאיר מאחור את מה שהוא עובר בבית הספר, אני ממליצה ללכת לתנועות נוער ולמחנות קיץ. מכירים שם המון אנשים, לאו דווקא מאותה העיר. במחנה הקיץ של הצופים, למשל, יש עשרות שבטים ותמיד מכירים שם חברים חדשים. היתרון העיקרי הוא שילדים מערים אחרות לא מכירים אתכם ולא שמעו את כל השמועות השקריות שמפיצים עליכם בבית הספר, ולכן קל יותר להתחבר איתם".

מהן ציפיותיך לקראת השנה החדשה בבית הספר?

"כן, כי לשמחתי נרשמתי לבית ספר חדש. אני מקווה ששם יפסיקו לצחוק עליי, להפיץ שמועות ולהפוך אותי למשהו שאני לא. אני מקווה להתחבר שם לאנשים חדשים. שום דבר מבית הספר הקודם שלי לא יחסר לי בחופש".

שנה חדשה - הזדמנויות חדשות

טי' (16) מסבירה שהיא גאה בנידוי שלה, כי הוא הפך אותה למי שהיא היום. "להיות 'מנודה' אומר שאף אחד לא מדבר איתך, חוץ מחברה אחת או שתיים במקרה הטוב, ושאם מישהו פונה אלייך זה רק כדי לקלל אותך או לרדת עלייך", היא משתפת. "כשיציאתי לחופש הגדול בעבר, הייתי בטוחה שהמצב ישתפר כשאחזור, אבל למרבה הצער הוא לא השתפר. בחופש זה הגיע לשיאים חדשים: רבתי עם מישהי דרך הצ'אט בפייסבוק והיא התחילה לכתוב עליי כל מיני שקרים וקללות בצ'אט הכיתתי. היו עוד צ'אטים שאנשים פתחו איתי סתם כדי לקלל אותי".

ידעת שכך יראה החופש שלך?

"הציפיות היו שאם המצב לא ישתפר, הוא לפחות לא יחמיר. רציתי חופש כיפי ומהנה עם שתי החברות שעוד יש לי. כשהחופש עמד להיגמר קיוויתי שהמצב בבית הספר ישתפר, אבל מהר מאוד הבנתי שזה לא יקרה".

בעקבות מקרים כמו של טי' אנחנו לומדים שיחד עם האפשרויות הנפתחות בפני בני נוער מנודים בתקופת החופש הגדול, גדלה גם החשיפה לבריונות ברשת (כמו שכולנו יודעים, האינטרנט תופס חלק גדול מזמן החופש).

מה היית מייעצת לבני נוער במצב דומה לקראת היציאה לחופש?

"שלא יוותרו, שימצאו חברים, וכמה שזה קשה - שינסו להתקרב לאנשים מהשכבה שלהם. פתחו בשיחות עם אנשים שנראים לכם ניטראליים, ואל תפחדו - אנשים משתנים במהלך החופש. חוץ מזה, שנה חדשה מביאה איתה הזדמנויות חדשות".



מה אומרים המומחים?

שוחחנו עם ד"ר שירי דניאלס, מנהלת מקצועית ארצית בעמותת ער"ן. "למרות שתלמידים נוהגים לומר שהם מחכים בקוצר רוח לחופש הגדול, החופש הגדול מביא עמו מידה לא קטנה של מצוקה עבור מתבגרים רבים", היא מסבירה. "בעקבות המצוקה עולות לעתים גם תחושות של אשמה, תסכול ובושה אצל בני הנוער, רגשות שנובעים מקיומו של פער בין הציפיות מהחופשה לבין תחושות של החמצה ואכזבה מהמציאות. למתבגר נדמה שכולם מבלים ונהנים ורק הוא בודד בתחושותיו. רבים מאתנו חוששים להיות לבד ולחוות תחושת שעמום. בניגוד ליחסי הציבור הגרועים שהשעמום זוכה להם, יש למצב הזה יתרונות גדולים: מחקרים מצאו כי שעמום הוא מצב תודעה המקדם שימוש בדמיון, מיקוד וחשיבה יצירתית. המחקרים הוכיחו כי זמן פנוי ללא חברים וללא פעילות כמו צפייה בטלוויזיה או משחק במחשב, הביא לעלייה ביצירתיות. בעקבות השעמום ילדים ומתבגרים מצאו ופיתחו תחומי עניין חדשים ומגוונים".

מחפשים אופן קשב? אתם מוזמנים לפנות לאתר של עמותת ער"ן בכתובת www.eran.org.il בטלפון 1201.

"בחופש זה הגיע
לשיאים חדשים:
רבתי עם מישהי דרך
הצ'אט בפייסבוק
והיא התחילה לכתוב
עליי כל מיני שקרים
וקללות"

