

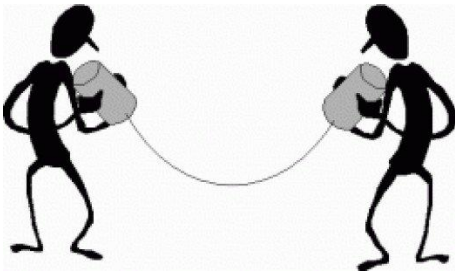
אחלה מידע

#6 כישורים חברתיים

כישורים חברתיים הינם מכלול של כישורים ויכולות, התורמים לפיתוח קשרים בינאישיים ותקשורת עם אנשים אחרים.

כישורים אלה מורכבים מיכולות שונות:

- האופן שאדם קולט ומבין תקשורת מילולית או לא מילולית והיכולת שלו להבין את האחר.
- יכולת להביע אמפתיה כלפי האחר.
- יכולת לשתף פעולה.
- יכולת לאזן בין צרכי עצמך ובין צרכי הזולת.
- יכולת להישמע לכללים.
- יכולת להבין מצבים ולהגיב באופן מותאם להתרחשויות סביבך.
- יכולת התמודדות עם מצבי חיים שונים ועם רגשות של תסכול והפסד.
- יכולת הקשבה והבעת עמדה.



הכישורים החברתיים נרכשים לאורך החיים המוקדמים, בהתאם לשלבי ההתפתחות ומושפעים ממצבי חיים שונים. עם-זאת כל ילד נולד עם מאפייני אישיות שונים ועם טמפרמנט שונה, ואלה משפיעים על הצורך שלו באינטראקציה חברתית. כל ילד הינו אינדיבידואל מיוחד ושונה במובנים רבים.

קשיים על רקע חוויות משבריות פוגעים מאד ביכולת לפתח ולבטא כישורים חברתיים היות וקשיים אלה פוגעים באמון של הילד בעולם כמקום בטוח ויציב כמו גם באמון הבינאישי ובביטחון העצמי. אובדן, גירושין, מחלה של הורה, קושי כלכלי בבית, לידת אח, מעבר דירה ועוד- שינויים וחוסר פניות של ההורה הנחווים על ידי הילדים כנטישה ופוגעים בתחושת האמון יכולים לגרום להתדרדרות/תקיעות בהתפתחות והתנהגות הילד ולמנוע ממנו בפיתוח כישורים חברתיים.

אחים צעירים רבים מופנים אלינו בשל קושי בפן הרגשי המוביל לקושי בכישורים החברתיים. קושי זה מתבטא לרב בשני אופנים: הסתגרות וביישנות או התפרצויות וחוסר גבולות.



אחלה מידע

ביישנות פוגעת ביכולת לדבר בפני קהל, להביע עמדה נחרצת ולעמוד מאחוריה, או להביע עמדה המנוגדת לדעת הרוב, שמא תתקבל כלא ראויה, ליזום קשרים חברתיים, לתפקד באופן נינוח במצבים חברתיים שונים.

ילדים ביישנים יכולים במקרים רבים לתפקד באופן טוב ומוצלח בקשר של אחד על אחד או בקבוצות קטנות ומוכרות.

לעתים, כתוצאה מביישנות יתר, מתפתחת פגיעה במיומנויות חברתיות שכן הילד נמנע מכל תפקוד בתחום החברתי. זהו כמובן מקרה קיצון המצריך התערבות מקצועית.

למערכת החינוך תפקיד חשוב ביצירת סביבה בטוחה ומכבדת לילדים, עידוד אכפתיות בהתייחסות לסביבה החברתית ומניעת לעג בהתייחסות לזולת. עקרונות אלה הינם חשובים ביצירת תשתית סביבתית מעודדת ומחזקת.



לאילו סימנים יש לשים לב בקשר עם האח הצעיר:

- הימנעות מפעילויות חברתיות לאורך זמן.
- ריבוי קונפליקטים חברתיים המשפיעים על התפקוד היומיומי.
- הסתגרות המלווה בדכדוך, עצבות וחוסר תקשורת עם הסביבה.
- תלות רבה בהורים שלא בהתאם לגיל הילד/ה.
- הידרדרות בתחום הלימודי.
- תלונות רבות על שעמום.
- בעיות התנהגות בביה"ס.
- בילוי שעות רבות מדי מול מחשב והמדיה.



אחלה מידע

כדי להתגבר על הקשיים הכרוכים בפיתוח מיומנויות חברתיות ומימוש כישורים חברתיים, מומלץ לתרגל עם האח הצעיר כלים שיעזרו לו ויקלו עליו להתנהל בעולם החברתי.

להלן הצעה למספר תרגילים היכולים לסייע בפיתוח יכולות חברתיות במצבים האמורים לעיל:

- תרגילים לייזום שיחה עם אדם /נער/ילד זר : פנייה אל אדם לא מוכר והצגת שאלה רלוונטית לסיטואציה.
- שיתוף ילד או ילדים נוספים בפעילות עם האח הבוגר ותיווך חוויה משותפת מוצלחת.
- פיתוח תחומי עניין אצל האח הצעיר ושיתוף ילדים נוספים בפעילות בתחומי עניין אלה.
- עידוד האח הצעיר או להצטרף לחוגים בתחומי העניין שלהם.
- ייזום שיחה עם האח הצעיר או לגבי חוויות חברתיות לא נעימות. בשיחה יש להתייחס לתיאור האירוע, התחושות שעלו ממנו ודרכים נוספות בהן ניתן להגיב לאירועים מסוג זה בעתיד וכל אלה על רקע התייחסות לקודים חברתיים מקובלים.

❖ חשוב לזכור כי עבודה על כישורים חברתיים כמו על כל נושא אחר תעשה כחלק מן התוכנית אישית של הילד שנקבעת עם מנהלת הסניף ובשיתוף ההורה ואנשי המקצוע המעורבים בחיי הילד.

לקריאה נוספת:

<http://www.galiya.co.il/default.aspx?siteid=88&pageid=3954&lang=1>

<http://www.etze.co.il/?p=1362>

