

# תחפושת? רק אם רוצים



## מה עושים כשהילד לא רוצה להתחפש?

בכל פורים מחדש המון הורים עומדים מתוסכלים מול ילד זעוף שלא מוכן ללבוש את התחפושת שלו. למה זה קורה ואיך מתמודדים? הנה כל התשובות

יפעת סני

פורים עוד רגע כאן, וסביר להניח שכבר בדקתם עם הילדים למה הם היו רוצים להתחפש, רכשתם תחפושת (אולי אפילו הכנתם!), דאגתם לאביזרים ומילאתם את עצמכם ברוח החג. אז קודם כל - כל הכבוד, יש לא מעט משימות סביב פורים, ולא פשוט לדאוג לכל הדברים האלה במקביל לשגרת החיים עמוסה. אבל עכשיו, בואו ניקח רגע נשימה ונדמיין את הסיטואציה המאוד נפוצה - בוקר פורים הגיע, הילד שלכם מסתכל על התחפושת, מסתכל עליכם ואז אומר את שתי המילים שהכי מפחידות הורים בבוקר החג: "לא רוצה".

## למה זה קורה?

אף שפורים מרגש אותנו מאוד כהורים, יש לא מעט ילדים שההתרגשות הזו קצת גדולה עליהם. פעוטות עשויים להילחץ מהתחפושת, ילדים עם קושי בוויסות החושי (ויש לא מעט כאלה) עלולים להירתע מהמגע שלה על הגוף, ויש גם כאלה שפשוט צריכים את תחושת השליטה שבלקבוע מהם לובשים וללכת לנן או לבית הספר עם משהו מוכר. בגיל בית ספר, לרוב מכיתה ו' ואילך (אבל לפעמים גם לפני) יש גם ילדים שמתפחדים ללכת עם תחפושת, לא רוצים את תשומת הלב הזו מהסביבה. ויש גם לא מעט ילדים, בכל גיל, שפשוט מעדיפים שגרה ונרתעים מכל הבלגן שמגיע עם פורים (יש גם לא מעט מבוגרים כאלה).

## מה עושים?

אם הילדים שלכם לא רוצים להתחפש חשוב לזכור שזו זכותם המלאה. אנחנו מספרים לילדים שלנו מגיל מאוד צעיר ש"הגוף שלהם ברשותם", אבל לפעמים ברגע האמת, אנחנו עלולים לכפות על הגוף הקטן שלהם את הרצון שלנו - וזה סותר את הערכים שחשובים לנו באמת. התעקשות כזו גם עלולה להוליד מאבק כוח: אנחנו נלחץ על הילד, הילד ילחץ בחזרה, ואז אנחנו נלחץ יותר... וכמו שכולנו יודעים, מאבקים כאלה אף פעם לא מסתיימים בטוב. זה מאוד טבעי לקוות שהילד שלנו יתחפש בפורים, הרבה פעמים זה קורה כי ברור לנו שאם הוא ילך עם תחפושת הוא בסוף ייהנה ואנחנו לא רוצים שהוא יפספס את החוויה הזו. לפעמים, למרות שמביך להודות בזה, הסיבה היא כי לא נעים לנו מהגננת או מההורים האחרים, כי נדמה לנו שאם הילד שלנו יגיע לא מחופש יתפסו אותנו כהורים פחות טובים. אבל השיקולים האלה לא רלוונטיים, הילד הוא לא כרטיס הביקור שלנו ואנחנו לא יכולים לכפות עליו את הרצונות או ההנחות שלנו. תארו לעצמכם שמישהו היה מכריח אתכם ללבוש משהו לא נוח לעבודה רק כדי להרשים אחרים. זה לא נעים, נכון? מה אנחנו כן יכולים לעשות? הנה כמה כלים:

1. נרמלו את התחושות. תנו לילד או לילדה להרגיש שאתם מבינים אותם, שהרצון שלהם לא מבהיל אתכם. לדוגמה: "גם אני לא תמיד רציתי להתחפש, אני מבינה אותך".

2. אתם יכולים לשאול למה הוא לא רוצה או מה מפריע לו בתחפושת ולהציע פתרון אם יש כזה. אולי הילד לא רוצה את הוואנזי אבל ישמח לקבל את האביזרים? מצוין. אולי הילדה מעוניינת בשמלה אבל מפריע לה ללכת עם כתר? נפלא. שיח פתוח יעזור לכם לראות מה בדיוק מפריע ויאפשר לכם להציע פתרונות.

3. אם מדובר בילד צעיר (גיל גן או תחילת יסודי) נסו להציע לקחת את התחפושת בתיק, כך שאם ירצה להתחפש מאוחר יותר - תהיה לו אפשרות. אפשר להציע גם לקחת רק אביזרים או משהו קליל. אם מדובר בילד בוגר יותר, תשאלו אותו אם יש משהו שיכול לעזור לו, ואם התשובה היא לא - שחררו.

4. אם שיח התחפושת עולה לפני בוקר החג, כדאי לנסות להתחפש בבית ולהתיידד עם התחפושת. ככל שדבר (כל דבר) מוכר יותר, הוא מאיים פחות. בנוסף, תנו לילד לבחור את התחפושת שלו, גם אם הוא בוחר את אותה תחפושת כמו שנה שעברה או באחת שהתמלאה כבר באבק בארגז התחפושות.

5. ואם הילד ממש לא רוצה תחפושת, תציעו לילד לצייר או להכין אביזר קטן משל עצמו שיבטא את האופי שלו ויעזור לו להרגיש בנוח.

בכל מקרה, נסו לוותר על כעס או על רגשות אשמה בבוקר החג. נכון, חיכיתם לזה ואתם מתרגשים נורא, אבל הסיפור כאן הרבה יותר גדול מהתחפושת. יש כאן הזדמנות להראות לילדים שלכם שאתם תומכים בהם, מכבדים את הבחירות שלהם ואת השליטה שלהם בגופם. המסר הזה יישאר איתם הרבה אחרי פורים.

יפעת סני היא מנחת הורים מוסמכת מכון אדלר לגיל הרך ולגיל ההתבגרות.

