**חג פורים, חג פורים**

**חג גדול לילדים... האומנם???/ מאת: גלית זוארץ**

**לעיתים קרובות אנו נתקלים בסירובם של ילדים להתחפש בחג פורים.**

**ככל שנרבה בשכנועים כך הילדים יתבצרו יותר ויותר בעמדתם.**

**בואו נעצור ונבדוק למה זה קורה? ואיך נכון לעשות זאת כבר בשלב מוקדם.**

ראשית, חשוב שנדע ונבין כי ישנם ילדים שמתחפשים ללא שום קושי, רובם מודדים את התחפושת בכל יום ואפילו סופרים את הימים עד החג ומנגד ישנם ילדים שלא רוצים להתחפש, נרתעים ובוכים בכל פעם שמנסים להלביש ואפילו לקרב אליהם את התחפושת. בעצם כל ניסיון לשכנע אותם ללבוש תחפושת עלול להביא דווקא להחרפה של הבכי ולתסכול גדול יותר.

**עד גיל שנה (פחות או יותר)**

להורים לילדים צעירים מאוד (עד גיל שנה) הכי קל: לא צריך לשאול, אנחנו בוחרים עבורו את התחפושת, מציירים לו אף אדום (כשהוא ישן), שמים לו זוג קרניים על הראש ותופרים על הבגד כמה קישוטים מיוחדים. התינוק אפילו לא שם לב שקורה משהו חוץ מזה שכולם מחייכים אליו, מוחאים כפיים, מצלמים ונהנים, גם הוא נהנה…

**בשלב מאוחר יותר...**

ככל שהילד גדל הוא מתחיל להבין שמלבישים לו משהו שונה, לא כמו בכל יום שמלבישים אותו לגן, פתאום יש לו איזה בגד מנומר עם זנב מאחור, מוזר כזה...הילד מתחיל לבדוק, לברר ולהתנגד.

ישנם ילדים שאוהבים את הרעיון, חובשים כל מיני כובעים כמשחק, נהנים כשנוגעים להם בפנים ומורחים צבע. ישנם ילדים שלא סובלים את המגע של כלי האיפור, שלא אוהבים בגדים משונים, שמורידים כל כובע אפשרי מהראש ועליהם נרחיב את הדיבור.

המטרה היא שהילדים ייהנו בפורים ולכן חשוב להתחשב בצורכיהם, חשוב להקשיב להם.

אם ילד אומר בפירוש "לא רוצה ללבוש את זה!"- כנראה שהוא מתכוון לזה.

עם הגיל הילדים לומדים ליהנות מהחג ובוחרים לעצמם תחפושת.

**מהו ויסות חושי ואיך הוא קשור לחג?**

בהרבה מאוד מהמקרים בהם הילדים מסרבים להתחפש, סביר להניח שמדובר בקושי בויסות החושי. ויסות חושי הוא תהליך המתרחש במערכת העצבים ובמוח וכולל קליטה ועיבוד של גירויים מהסביבה באמצעות החושים שלנו: ראייה, שמיעה, ריח, טעם, מגע.

הוא גם נותן לנו מידע על שיווי משקל ותנועה. אצל חלק מהילדים תהליך זה משתבש ויש להם סף גירוי נמוך (כלומר הגירויים נחווים כחזקים יותר) או סף גירוי גבוה (הגירויים מורגשים בצורה מוחלשת).

חג פורים הוא חג עצמתי מאוד ופועל על כל החושים שלנו.

דמיינו את היום העמוס בגירויים, החל במשלוחי המנות, התחפושות, השמחה והצהלה, הרעש, האיפור וכלה בצילומים, הפעלות, צחוק האנשים מסביב ועוד...

עבור ילדים אלה מדובר בקושי להתמודד עם חוויה לא נעימה מבחינת התחושות   
גירויים אלה נתפסים אצל הילד כדבר נורא ומיד הם יחוו מצוקה ויתנגדו בתוקף לבוא במגע עם אותם גירויים.

**רק תסכים להתחפש**

בשלב הזה הרבה מאוד הורים, מתוך הרצון לעזור לילד ולהעניק לו את החוויה השמחה של פורים, ינסו לשכנע את הילד ללבוש את התחפושת בכל דרך אפשרית.

העניין הוא שברוב המקרים, ככל שנשכנע אותו יותר ונרפה בכל פעם כשיניד את ראשו ויסמן שהוא לא רוצה, כך נעמיק את הקושי של הילד ונעודד את ההתנגדות.

הדרך לעשות את זה נכון מתחילה כבר בשלב בחירת התחפושת, בצורה הדרגתית ובמנות קטנות.

**בחרו תחפושת מתאימה**  
חשוב שנכיר את הילד שלנו וממה הוא נמנע ובעזרת הידע הזה נחפש לו תחפושת מתאימה. למשל אם הילד לא אוהב ללבוש בדים מסוימים אז נחפש תחפושת על פי מרכיביה ולא על פי התוכן שלה. כמו כן אם אנו יודעים שלילד יש קושי לשים משהו על הראש נחפש תחפושת שאינה מצריכה כובע או כזו שיש בה מינימום אביזרים.   
**בחרו תחפושת מעולם התוכן שלו**

רוצים שתהיה לו מוטיבציה להתחפש למרות הקושי? נסו לקלוע לטעמו האישי של הילד. למשל אם הוא אוהב עולם תוכן מסוים, חפשו תחפושת הקרובה לעולם התוכן של הילד כדי לתת לו מוטיבציה לנסות בכל זאת להיחשף לתחפושת.

חשוב לשתף את הילד בבחירת התחפושת, לילדים, ותרו על הניסיונות לכפות עליהם את דעתכם, אם הוא בוחר להתחפש לספיידרמן (כי הוא חזק, גדול ויודע לעוף) בואו ננסה להבין את ההזדהות ולא נגיד שלהיות גמד מאגדות זה יותר נחמד...למי זה יותר נחמד? וגם אם היא בוחרת להיות דורה (בדיוק כמו בשנה שעברה), בואו ננסה לכבד ולא נתחיל לשכנע שלהיות נסיכה עם שמלה ורודה זה יותר כייפי…

**הכירו לו את התחפושת בהדרגתיות**

לאחר שמצאנו את התחפושת המתאימה חשוב שנעשה לילד הכרות אינטנסיבית עם התחפושת כשבוע עד שבוע וחצי לפני היום בו הילדים מתחפשים, בתרגול הדרגתי של חשיפה. למה הכוונה בחשיפה? בכל תרגול נקרב את התחפושת אל הילד יותר ויותר עד למצב שהצלחנו להלביש את כל התחפושת.

תחילה הילד רק יראה את התחפושת בתוך השקית. לאחר מכן נראה לו את התחפושת מחוץ לשקית. שלב שלישי הילד רק ייגע בתחפושת. שלב רביעי רק נפתח כפתור וכו'.

ולסיום, אם הילד לא רוצה להתחפש בכלל- כנראה שהוא שלם עם החלטתו!

הוא יצליח ליהנות מהאווירה, מהממתקים, מהחברים שלו; ובקיצור, לא מתחפשים בכל מחיר!

המחיר שהילד ישלם בחוסר ההנאה מהחג, הרבה יותר גבוה ממחיר התחפושת…

**חג פורים שמח למשפחת קצת אחרת ולכולםםםם (:**