



יש לי בבית זרים מוזרים

דלתות נטרקות, הטונים עולים, הילד המתוק שלכם - שעד לפני שנה התרפק וסיפר לכם הכל - הפך למתבגר קוצני ועצבני, שמסתגר בחדרו או לחלופין מבלה כל הזמן עם החברים התמוהים שלו

● לחוקרים יש עכשיו הסבר חדש ומרתק: חלקי המוח השונים לא "מבשילים" באותו זמן, וחוסר הסנכרון ביניהם יוצר את תופעות הגיל הסוער | אריאלה איילון

"שלוש פעמים, כמספר הילדים שלנו, חוונו איתם את משבר גיל ההתבגרות. בכל פעם זה היה שונה, אבל המ-כנה המשותף בין כולם היה בטלטה שעבר הבית בכל פעם מחדש. זה היה פשוט נורא, אני מצטמרת כשאני נזכרת איך מול העיניים שלנו השתנו לנו פתאום הילדים, כל אחד בתורו, והפכו את חיי כולנו לבלתי נסבלים."

כך מתארת ע', רופאת שיניים ממרכז הארץ, את התקופה הסוערת הזו בחיי ילדיה ומשפחתה. "מבית נעים, מאורגן ומתפקד, עם ארוחות מש-פחתיות, טיולים משותפים בארץ ובעולם, הרבה צחוק, פתיחות ושמחה, הפכנו להיות משפחה כמצוקה, ממש כך. מפלס הצעקות עלה, הנרגנות, הזרות, הניכור - ובעיקר חוסר האונים. בעלי ואני היינו אוברי עצות. לא ידענו מה להגיד, מתי לא להגיד, איך לנהוג. הרגשנו שאנחנו פשוט מאב-דים שליטה. זה הרגש המתסכל ביותר שהורה יכול לחוות."

ראשון המתבגרים היה רועי, כיום סטורנט בן 24 למדעי הטבע ומדריך טיולים בנגב. "עד גיל 11 בערך הוא היה 'ילד הנשמה' של המשפחה המור-רחבת. מין ילד טוב כזה, שמתעניין בשלום סבתא שלו ומבקש מאיתנו שנזמין אותה אלינו בשבת כי היא לבה. הוא היה אוהב על כולנו, ובני הדורים שלו רק חיפשו הזדמנויות לבוא אליו. גם בבית הספר ובחוגים תמיד נתן את המקסימום מעצמו. גם אחרי שנולדו אחותו ואחיו, אמרתי לבעלי שרק רועי מכל ילדינו ידאג לנו בזיקנה ויטפל בנו. האשליה המתוקה הזו התנפצה לנו ביום גודל, כשהיה בן 14, מתארת ע'. "הילד הטוב של המשפחה התחיל למרוד בכל מוסכמה ובשיא העוצמה", משתף האב, מהנרס מים בכי.

"לא חפף שיער בתשן שבועות"

השינוי הראשון ברועי התבטא בלבושו שהפך מרושל, מוזנח ומלוכלך. בחורף הוא הסתובב עם מכנסי ברמודה, חולצת טריקו קרועה ומעליה גיבוב מביך של חולצות ופוסטר רהוי. "אני חוש-בת שהוא לא החליף גרביים במשך ימים ולא חפף שיער שבועות", מתארת האם.

לכד מהשינוי החיצוני עבר רועי מהפך פנימי. "הילד העוזר שלנו, טוב הלב, התחצף לכולם, לעג לבני המשפחה ונמשך בכל פעם לרעיון מוזר אחר. פעם זה היה רת ואחר כך מדע בריוני, והמשיך בחקר השאלה אם יש חיים אחרי המוות. לבית הספר הוא הגיע רק כשהתחשק לו, אבל אז לפי-חות השתתף בשיעורים ואפילו עבר את בחינות הבגרות."

ההורים אובדי העצות נרשמו ל"בית הספר להורות אדלר", בתקווה שתוכנות חרשות יסייעו להם לה-תקרב חזרה לילד, שבעט אותם אל מחוץ לחייו. "באמת למרנו שם דברים על משבר הגיל הזה, אבל בפועל היינו צריכים להמשיך ולהמציא בעצמנו את הגלגל בהתמודדות מול רועי", מתאר האב. סימני המרד התמתנו מעט לפני שרועי התגייס

לקרבי. הוא התחיל להקפיד יותר על המראה החיי-צוני, הבוטות הלכה ונעלמה גם היא, ובהדרגה הוא התפתח לבוגר אחראי, משתף ועוזר לזולת - דו-מה למי שהיה.

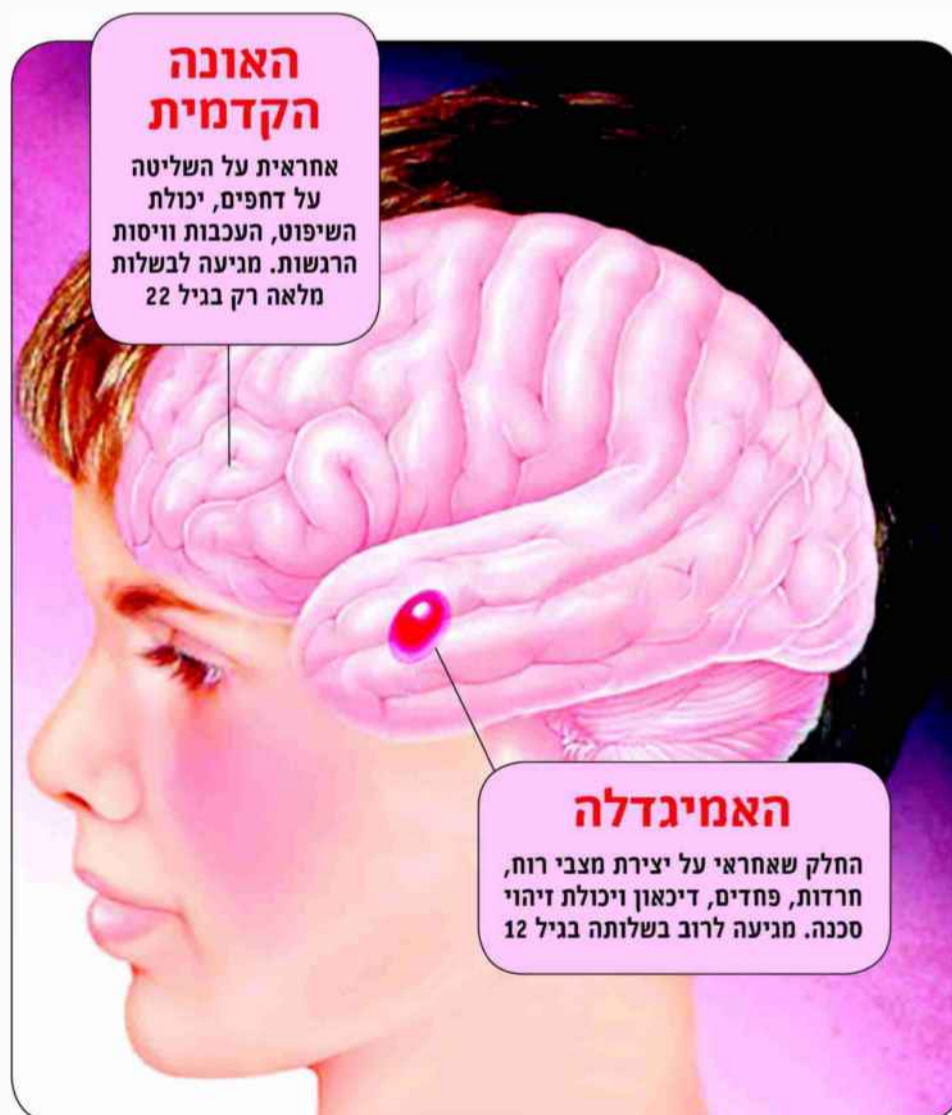
בניח שלנו גדל יצור

"אבל אז, כשהתחלנו לנשום לרווחה, אחותו עדי - כיום חיילת טרייה בת 18 - נכנסה בתורה למשבר גיל ההתבגרות שלה. זה התבטא בעיקר בנייתוק מההורים ובהתחברות, כמעט טוטאלית, לחברות שלה. "בכל עניין היא התייעצה איתן, שי-תפה אותן, ישנה אצלי, קנתה איתן בגדים ופשוט

התעלמה מאיתנו. כל כמה חודשים היא שינתה מראה: מזרוק למוקפה, ממיני לשרוואלים. לא פעם היא גם החליטה על רעת עצמה ורק יידעה אותנו: שהיא נוסעת לשבוע לאילת, עוזבת את בית הספר והולכת למלצה, מחפשת לעצמה דירה שכורה. כל שיחה איתה, ולו הבנאלית ביותר, עלתה בשניות לדציבלים בלתי אפשריים", אומרים הוריה.

רק לאחרונה, חודש לפני הגיוס, החלה עדי לשתף את אמה בחששותיה מהצבא. "היא ממשיכה להיות מרדנית, אבל במגמת התרככות. היא צריכה אותנו יותר וממש מתחננת שנבוא אליה, כל המ-שפחה, כשתישאיר שבתות בבסיס".

יותם (14) הוא המתבגר האחרון מבני המשפחה.



האונה הקדמית

אחראית על השליטה על דחפים, יכולת השיפוט, העכבות וויסות הרגשות. מגיעה לבשלות מלאה רק בגיל 22

האמיגדלה

החלק שאחראי על יצירת מצבי רוח, חרדות, פחדים, דיכאון ויכולת זיהוי סכנה. מגיעה לרוב בשלותה בגיל 12

ד"ר אורית קריספין: "בשנים האחרונות יורד הגיל שבו מתחילה ההתפתחות המינית. כבר לא נדיר לפגוש ילדים בני 12 ואף צעירים יותר שמקיימים יחסי מין מלאים. אבל ככל שמיניותם מפותחת, יכולתם הנפשית עדיין מוגבלת"

המוח עובר 'גיוס'

מה לא נאמר כבר על גיל ההתבגרות? חוקרים שניסו לתאר את סערת הנפש שפוקרת אותנו בין הילדות לבגרות כינו אותה "מרד הנעורים", גיל ה"טיפשעשרה", אנה פרורר כינתה אותו "מערכו-לת גיל ההתבגרות".

אבל איך מסבירים את השינוי הזה שעוברים בני הנוער? מה גורם לו? חלק מהמומחים מסבירים זאת בשינוי ההורמונלי, שמשבש עליהם את רעתם. אחרים דואים דווקא בהורים את הסיבה לתהפוכות ההתנהגות של ילדיהם.

מחקר חדש, שתוצאותיו פורסמו לראשונה בש-בוע שעבר בכנס האיגוד הבינלאומי לגיל ההתבג-רות שנערך בברלין, שופך אור על השינוי הביולוגי הרמטי בגיל ההתבגרות.

פרופ' ג'יי גיה, מהרשות האמריקאית הלאומית לבריאות הנפש והאחראי על תחום ההרמיה בקרב ילדים ובני נוער, חשף בכנס את תוצאותיו של מעקב שערך לאורך שנים אחר 350 בני נוער תקי-נים נפשית, בגילאי 12-18. "כמסגרת הניסוי עברו הילדים הרמיית MRI שבמהלכה נמדדו החומר הלבן והחומר האפור במוח", מסביר ד"ר גיל זל-צמן, מנהל חטיבת ילדים ונוער במרכז לבריאות הנפש גיה והפקולטה לרפואה באוניברסיטת תל-אביב. "נמצא שבין גיל 0 ל-12 עובר החומר האפור במוח - המכונה גם קליפת המוח, והוא האחראי על כל התפקודים הגבוהים כמו חשיבה, זיכרון, חשיבה מופשטת, רגשות, קבלת החלטות, אינט-ליגנציה ועוד - תהליך התפתחותי מואץ ומתמשך, שמגיע לשיאו בסביבות גיל 12. בשלב זה", מסביר ד"ר זלצמן, "מתחולל במוח תהליך דרמטי ומרהים שנקרא גיוס (pruning), ובמהלכו כמות החומר האפור הולכת ויורדת עד שהתהליך נפסק בגיל 22. ראוי לציין שמדובר בתופעה ייחודית שאין לה מקבילה בתהליכי גוף האדם האחרים. זה מדהים בעיקר כיוון שהמוח, שנחשב לאיבר חסכוני ומחור-שב, מתנהג בעצם בכובדנות - הוא מייצר עודף של חומר אפור, רק בשביל 'לגווס' אותו מאוחר יותר".

ה"ברקסים" לא מפותחים

חוקרים נוספים מנסים לפענח את התעלומה הזו, מתוך הבנה שמדובר בעצם בתהליך חיוני ואפילו הכרחי. "למה הרבר דומה? לעציק, שחלק מהעלים