



יעל זיידמן, M.A. ייעוץ חינוכי לגיל הרך

כל תינוק נולד עם טמפרמנט ייחודי לו וכבר בשבועות הראשונים ניתן לראות את אופיו של הרך הנולד. חלקם אוהבים להתרפק, אחרים אינם נרגעים בזרועות ההורה; חלק בוכים מרה, אחרים בקושי מצייצים; חלק נראים בתנועה מתמדת, חלק בקושי זזים; חלק אינם מושפעים משינוי בטיפול, אחרים מתפרצים בבכי כאשר משנים את סדר האכילה או השינה שלהם. השוני הרב בין התינוקות מראה לנו שהם באים לעולם מצוידים בדרכים מאוד אישיות של תגובות לתהליכים הגופניים שלהם ולמה שקורה סביבם. לעיתים תגובות אלה הופכות למרכיב קבוע באישיות של התינוק, אולם במקרים אחרים ההתנהגות עשויה להשתנות או להעלם ככל שהילד מתפתח.

בעקבות כך נשאלות השאלות: מה זה אומר טמפרמנט? מהיכן באים הבדלים אינדיבידואליים אלה? כיצד הם מתפתחים? מה קובע האם יישארו או יעלמו? האם אנחנו יכולים למצוא דרכים למייך/לקטלג את דפוסי ההתנהגות השונים, או האם הם אקראיים לגמרי ולא ניתנים לניבוי?

המושג טמפרמנט הוא כלי יעיל כדי לנסות לענות על חלק מהשאלות הללו. טמפרמנט או בעברית מזג, הינו אוסף תכונות אישיות מולדות, המאפיינות את התנהגות הילד ומבדילות אותו מילדים אחרים. התכונות הללו מורכבות לרוב מגנטיקה של ההורים, הן יחסית קבועות, ולפיהן האדם (בדגש על התינוק) מגיב בסיטואציות השונות. כלומר, הטמפרמנט משקף את האופן שבו תינוק מבצע פעולות שונות בלי להתייחס לתוכן של פעולות אלה (מתייחס ל"איך" הוא מתנהג ולא ל"מה" הוא עושה). לתכונות אלה עשויות להיות מוגדלות או מוקטנות או להשתנות באיכותן במהלך ההתפתחות, תלוי באופיין של ההתנסויות של התינוק עם הסביבה.

ובכן כעת מעניין לדעת מהן נטיות אלה? החלוצים במחקר על טמפרמנט – אלכסנדר תומס וסטלה צ'ס- הגדירו תשעה מאפיינים של טמפרמנט (זאת לאחר שהצליחו להוכיח ולהראות שכל תינוק נולד עם המאפיינים הללו). מאפיינים אלה כוללים: רמת פעילות מוטורית, קצב ביולוגי; נטייה להתקרבות או הימנעות במצבים חדשים; הסתגלות לשינוי; עוצמה של תגובה, רגישות לגירויים; מצב רוח (חיובי או שלילי); נטייה להסחת דעת והתמדה בהשגת מטרות. ילדים יכולים להיות ברמה גבוהה, נמוכה או בינונית בכל אחת מהקטגוריות הללו והדבר מאפשר דקויות רבות במבנה הטמפרמנט של כל ילד.

שם המאפיין	הסבר	סוג	דוגמאות
עוצמת התגובה	מידת הכח והאנרגיה המושקעים בביצוע כל פעולה, בדגש על פעולות רגשיות. העוצמה מבטאת את הפלט ההתנהגותי של התינוק.	חזקה	<ul style="list-style-type: none"> התינוק בוכה כשהחיתול רטוב. דוחה באופן מוחלט את האוכל כשהוא שבע. בוכה וצוחק בקול רם. צורח ובוועט כשמודדים לו את החום. עושה תנועות מציצה כשנותנים לו ויטמינים או תרופות מתוקות לפה. תופס חפצים חזק מהנורמה, משליך חפצים, מכה ומטיח בעוצמה חזקה.
		חלשה	<ul style="list-style-type: none"> התינוק מגיב בצורה מתונה. בוכה בעוצמה נמוכה (בכי חלש, יבבות). מחייך כאשר שמח ומרוצה. ניגש לחפצים ברכות, אווז בחולשה, פונה ב"שקט יחסי" לסביבה.

שם המאפיין	הסבר	סוג	דוגמאות
התקרבות/רתיעה	מידת ההתקרבות שהילד מגלה לדברים, חפצים המוצגים לפניו לראשונה, מצבים חדשים או לאנשים חדשים.	מתקרב	<ul style="list-style-type: none"> התינוק מגיב בחיוב לצעצוע חדש או אוכל חדש, סביבה חדשה ומחייך לזרים. הפעוט רוצה להתקרב ולהתנסות בדברים חדשים בגן בבית ובגן. אוהב את הבקבוק מן ההתחלה (בעת מעבר מהנקה לבקבוק). אוהב מאכלים חדשים. נהנה מן הרחצה הראשונה באמבטיה גדולה. מחייך ומגרגר. מחייך וממלמל אל זרים.
		נרתע	<ul style="list-style-type: none"> התינוק בדרך כלל מגלה התנגדות לאנשים/חפצים חדשים, או מזון לא מוכר. במקום חדש יראה סימני מצוקה (היצמדות להורים). דוחה את הדייסה בפעם הראשונה.

שם המאפיין	הסבר	סוג	דוגמאות
מצב רוח	שכיחות מצב רוח חיובי או שלילי בזמן ערות.	חיובי	<ul style="list-style-type: none"> התינוק מחייך, צוחק וקל להשביע את רצונו. הוא בוכה או רוטן רק לעתים רחוקות. אוהב לשחק ולהתיז מים באמבטיה. ממזמץ בשפתיים בעת טעימת מזון חדש.
		שלילי	<ul style="list-style-type: none"> התינוק מתלונן ומרוגז לעיתים קרובות גם כשנהנה הוא לא מראה זאת. רוגז ומטריד אחרי שמחליפים ומנקים אותו. בוכה כאשר מנענעים את עגלתו. בוכה כאשר מוציאים אותו מן האמבטיה. בוכה כאשר ניתן לו מזון שאינו אוהב.

שם המאפיין	הסבר	סוג	דוגמאות
הסח דעת	הקלות בה ניתן להסיח את דעתו של הילד בעת משחק/משימה/ פעילות או באיזו קלות ניתן להסיח דעתו מפעילות אחת ולעניינו בפעילות אחרת.	קל להסחה	<ul style="list-style-type: none"> יפנה את ראשו בגלל כל רעש קטן או תנועה בחדר. יחדל לבכות לאוכל אם ינענעוהו. יפסיק לבכות כשהאם תשיר לו שירים. יישאר בשקט בשעת החלפת בגדים אם יקבל צעצוע.
		קשה להסחה	<ul style="list-style-type: none"> עסוק מאוד במשימה שלפניו ולא מתעניין בנעשה סביבו. בוכה אחרי האוכל גם כשמנענעים אותו. בוכה עד קבלת בקבוק (תינוק עקשן).

שם המאפיין	הסבר	סוג	דוגמאות
רמת פעילות מוטורית	כמות התנועותיות ללא קשר לאיכות המוטוריקה. כמה תנועות לא פונקציונאליות התינוק מבצע למשימה. כמה התינוק פעיל מוטורית בין משימות/פעילויות.	גבוה	<ul style="list-style-type: none"> מתנועע לעיתים קרובות בשינה. מתפתל בזמן החלפת החיתולים. מנסה לעמוד באמבטיה ומתיז. מנתר בעריסה או זוחל במהירות אחרי ילד אחר.
		נמוכה	<ul style="list-style-type: none"> מעדיף משחקים שקטים ופסיבי באמבטיה. משחק בשקט במיטה ונרדם. בדרך כלל כל דבר לוקח לו יותר זמן כמעט ואינו זז בזמן ההלבשה או במשך השינה.

שם המאפיין	הסבר	סוג	דוגמאות
קצב הסתגלות לשינויים	הקצב בו הילד מסתגל ומקבל שינויים בסביבתו ובמהלך חייו	מהיר	<ul style="list-style-type: none"> מסתגל מהר למקום חדש, לאנשים חדשים, לאוכל חדש וכדו'. משנה הרגלים תוך זמן קצר יחסית. מסתגל מהר לסוג טיפול אחר מהרגיל.
		איטי	<ul style="list-style-type: none"> הסתגלות קשה לכל שינוי מכל סוג ולדברים חדשים שאינו רגיל אליהם. נחרד מרעש חד ופתאומי. מתנגד להחלפת חיתול ללא הכנה מראש. אינו משתף פעולה בשעת ההלבשה. נרגז ובוכה כשמשאירים אותו עם שמרטף. מתקשה לקבל מצבים חדשים, סביבה חדשה.

שם המאפיין	הסבר	סוג	דוגמאות
סף תסכול לגירויים	מידת סף תסכול ויכולת לקבל גירויים דרך מערכות החושים בגוף (דגש על מגע ושינוי משקל).	סף תסכול גבוה	<ul style="list-style-type: none"> אוכל הכל. לא נחרד מרעשים חזקים. יונק מהבקבוק ומהשד ו/או אוכל מאכלים שונים. כשהילד רטוב או מלוכלך, לא מפריע לו במיוחד. אוהב להתרפק. נהנה ממגע ושכיבה על מרקמים שונים.
		סף תסכול נמוך	<ul style="list-style-type: none"> הילד מפסיק לינוק מהבקבוק כשמתקרבים אליו, כל גירוי חדש מעוררו. דוחה פרי מרוסק. מסתיר את הראש כשיש אורות בוהקים ומסנוורים. מעדיף לשכב על המזרן מאשר מגע גוף. מגיב בבהלה לכל רעש או קול.



שם המאפיין	הסבר	סוג	דוגמאות
התמדה	הנטייה להשקיע מאמץ בפעילות או בשרשרת של פעילויות המכוונות למטרה אחת.	גבוה	<ul style="list-style-type: none"> • יתבונן במובייל התלוי מעל מיטתו במשך זמן רב. • יתמיד ביניקה מבקבוק גם אם החור קטן וקשה לקבל ממנו מזון. • אם מלוכלך ממשיך לבכות עד שמחליפים חיתוליו. דוחה מים שוב ושוב, כשרוצה חלב. • "הומה", ממלמל לעצמו תכופות.
		נמוכה	<ul style="list-style-type: none"> • לא יכול לשחק במשחק הדורש ריכוז רב וכשהמשימה קשה לו מידי הוא יעבור לפעילות אחרת. • בוכה כשמתעורר, אבל מפסיק כמעט מייד. • מחזיק במוצץ בפיו רק כמה דקות ופולט אותו.

שם המאפיין	הסבר	סוג	דוגמאות
ריתמיות של תהליכים פיזיולוגיים	הריתמוס המחזורי של הזמנים בהם הילד רעב, עייף או עושה את צרכיו. רמת סדירות של פעולות כמו מחזור שינה וערנות, אכילה, יציאות.	גבוה	<ul style="list-style-type: none"> • ישן כל הלילה בזמן קבוע. • מורגל בסדר אכילה מדי ארבע שעות מלידה. • פעולת מעיים סדירה. קבלת מזון באופן קבוע. • קל לטפל בו וקל לחנך לניקיון.
		נמוך	<ul style="list-style-type: none"> • מתעורר מספר פעמים במשך הלילה. • אוכל כל פעם בזמנים שונים. • משנה הרגלי שינה ודפוסי אוכל. • זמני היציאות אינם קבועים.

סוגי הטמפרמנט אצל הילדים:

- הילד הקל/נוח – 40% מהילדים הם נוחים, קלים. לתינוק כזה יש סדירות של פעילויות פיזיולוגיות (אכילה ושינה באותם זמנים. לרוב, יש לו מצב רוח טוב ויכול להסתגל היטב לשינויים. הם בעלי סף הרגישות וסף התסכול גבוה.
- הילד הקשה/התוסס – 10% מהילדים. רמת פעילות גבוהה, סף ריכוז נמוך, אי סדירות ביולוגית (אכילה ושינה בזמנים לא סדירים), נטייה למצבי רוח.
- "מתחמם לאט" – 15% מהילדים. ילד הססן, חששן, הסתגלות איטית הימנעות, מצב רוח רע, לא מעז ולעיתים לאחר הסתגלות איטית וארוכה יכול להגיע להיות ילד נוח.
- 35% הנותרים הם פרופיל מעורב שקשה לקלוט את האפיונים של הילד.



טמפרמנט ההורה למול טמפרמנט התינוק

להתנהגות ההורים השפעה משמעותית על עיצוב אופיו של התינוק. לכן, הסביבה ובעיקר ההורים אשר מחזקים את תכונות הטמפרמנט המולדות או מתנגדים להן, הם אלה אשר מעצבים את התכונות וגם לרוב קובעים אם ימשיכו להיות חלק מאופיו/אישיותו של התינוק, יפחתו בעוצמתן או ייעלמו. מחקרים העוסקים במידת היציבות של תכונות הטמפרמנט, מצאו שתי תוצאות מובהקות מעניינות:

1. חלק מהתכונות המולדות יישארו יציבות לאורך זמן, בעיקר כתוצאה מחיזוקן של תכונות אלה על ידי הסביבה.

2. תוכנות מולדות אחרות יעברו שינויי כתוצאה מהתפתחות אישיותו של התינוק/ילד במפגש עם הוריו ו/או הסביבה ומכך שהאדם שואף לשנות תכונות שאינן נוחות לו או שהסביבה שואפת לעשות זאת עבורו, במקרה כזה הסביבה בדגש על ההורים מלמדת את התינוק לנהוג אחרת ולסגל הרגלים חדשים.

הורים יקרים, הבדלים בין טמפרמנט ההורים לטמפרמנט התינוק או חוסר הבנה של ההורה את הטמפרמנט של ילדו, עלולים ליצור קשיים בבניית הקשר הראשוני של הורה-תינוק. לאור זאת, חשוב להבין, להכיר ולהיות מודעים למושג טמפרמנט והמשמעות שלו בפועל. חשוב לדעת כי, כך התינוק נולד לעולם ואלו תכונות האופי הראשוניות שלו וכך הוא יודע להגיב למה שיש לעולם להציע לו. התינוק לא מכיר דרך אחרת של תגובה. חשוב שההורה יכיר את מאפייני הטמפרמנט של ילדו ויתאים את הדרכים הנכונות לתגובה ואת האינטנסיביות בהקניית ההרגלים למאפיינים הייחודיים שלו.