

המדריך המלא לאחריות



בתיה וגשל
לאמהות ששואפות יותר

מבוא

כל אחת מאיתנו רוצה להרגיש יציבה ורגועה בימים מאתגרים כמו בימי השלווה והנחת, כולנו רוצות למצוא את עצמינו מתמודדות באומץ ובגבורה בכל תקופה שהיא ולא נבהלות מכל/קול עלה נידף,

אז אנחנו עם הילדים, בשגרה המבורכת וגם במצבים פחות שגרתיים ואנחנו רוצות בכל מאודנו להפיק את המירב והתועלת מכל תקופה וזמן בחיים (ומי אם לא האמהות יודעות כמה נפיץ המושג הזה רוגע, שלווה...),

כאן במדריך אתן לך מספר כלים שיעזרו לך ויתנו לך כלים מנצחים, כדי שהאווירה וההדדיות בבית תהיה במיטבה, אפילו גם בזמנים שהכל נראה מפרך יותר וקשה ליישום, תוכלי לצלוח באהבה וכיף.

מדוע חשוב כ"כ נושא האחריות?

כי בנושא האחריות טמון גרעין הבטחון והשלווה של הילד שחיוניים לבריאות נפשו של הילד, והתנהלות נכונה ומדוייקת תלווה את הילד לכל החיים, בהתנהלות העתידית שלו מבחינה רגשית ונפשית.

נכון, לא תמיד הכל הולך לפי החלומות, ולפעמים נוצר מצב בו הילדים שלנו כבר לא כל-כך זורמים אתנו, לא מוכנים לקחת עול ואחריות, וקשה לנו לראות שהבית שכ"כ חלמנו שיהיה הקן המשפחתי המאוחד, משותף עם אחריות ובלי מאבקים הולך ונמוג, וידינו כבולות.

פעמים שדווקא בנושא האחריות כדאי ורצוי לקחת צעד אחורה ולהניח את האחריות על כתפיו של הילד.

וזה נכון וראוי לכל תקופה שאקח צעד או שניים אחורה ובכך בעצם איטיב עם הילד, נסביר על-פי משל שהוא מסביר בצורה חדה ועוצמתית את הרעיון. וכמובן כשתעייני במדריך כולו יובהר לך הנושא בשלמותו, אבל כאן לפניך טעימה של ממש 😊:

סב העניק מתנה לנכדו - גולם של פרפר.

הסב המסור הצמיד לו הוראות מדויקות

כיצד יש להתנהג אל הגולם.

ישב הנכד המאושר שעות ארוכות וצפה בגולם עד שהבחין שלאט לאט הגולם קם לתחייה והוא אינו מצליח לצאת מהמעטפת שסובבת אותו, הוא מנענע בכנפיו אך עודנו כלוא.

נכמרו רחמי הילד על הפרפר וקרע את המעטפת. "זהו", שחרר הילד אנחת רווחה, "כעת ירווח לו לפרפר והוא יוכל לעוף למרחבים הפתוחים".

אך אוויה! הפרפר ניסה להתרומם ונחת, אינו מסוגל לעוף, הפרפר לא שרד ומת.

בא הילד בבכי ובטרפוניה לסבא: "הבאת לי פרפר לא טוב", התמרמר.

שמע הסבא בפרוטרוט את מעשי הילד והסביר: "ה' ברא את הפרפר כגולם, כך שביציאתו יצטרך להתנענע בחוזקה על-מנת שיצליח לחזק את הכנפיים ולעוף. פרפר שלא עובר את תהליך חיזוק הכנפיים לא יוכל לעוף ולחיות! ולכן אם אנחנו מרחמים עליהם, אל לנו לסייע להם לצאת כי אנחנו הופכים אותם למוגבלים".

והנמשל מובן מאליו: כך גם כל יציר כפיו של הקב"ה, ובפרט המתנות שהביא לנו - ילדינו האהובים - צריכים לתת להם להתמודד, וככל שלא ניתן להם להתמודד אנחנו רק תוקעים אותם לעתיד!

וכדי לתת להם כנפיים לעוף חיפשנו את המודל המנצח שיביא בכנפיו את הפתרון המיוחל לקרב אלינו את החלום ולהביא להגשמתו.

במדריך:

- נזהה את נקודות התורפה מדוע האחריות והנשיאה בנטל של ילדינו התרופף; ומה גורם להם להשליך מעליהם כל גרם אחריות ולגרור לנו לנסות להפעילם בכל מיני דברים, ולפעמים אף בתסכול?
- נבין איך יכול להיות שילד מעדיף לחיות בפיזור, חוסר סדר וזמנים, מאשר לבחור לו סדרים יציבים ובריאם, סביבה נינוחה ושמחה והנאה שלו ושל הוריו.
- נבין מדוע מסתובבים ילדים עם חוסר אחריות משוועת בלי לצאת מהמעגל הזה, כאילו אין הם מכירים בזה ולכן אין בהם נכונות לשינוי המצב.
- ננסה להבין מדוע הילד צובר תסכולים כתוצאה מאי לקיחת אחריות.
- נפתור אחת ולתמיד את הדאגה הזאת – מה יהיה עם עתיד הילד אם לא ייטול אחריות על כתפיו?
- יתן לנו את הסוד להעביר את זמני לחץ כמו זמני שיגרה לא רק בהשרדות אלא בדרך בה הילדים מתגייסים ולוקחים אחריות על עצמם מתוך הדדיות ושיתוף פעולה.
- נגלה למה דווקא נושא האחריות יהפוך כל מצב מורכב מלימון ללימונדה.



המדריך ייתן לי:

- בטחון ויציבות לילד, מניעת פחדים.
- לשים סוף לחוסר האחריות על כל גרורותיו: הבלגן, התמרחויות על פני היום, חוסר מעש וכו', וביתך יהפוך למקום מזמין ורגוע.
- ילדייך לא בוחרים להשתמט מאחריות, והבחירה הברורה שלהם היא סדר יום יציב עם סדרים.
- תגרמי שילדייך לא יסתובבו עם בעיות לא פתורות, כי הם יבינו שהדרך לפתרון זו אחריות על עצמם וסביבתם.
- תובילי לכך שילדייך לא יצברו תסכולים כתוצאה מכך שייקחו אחריות לרווחתם האישית ולסביבתם.
- איך להבטיח שבעז"ה בעתיד יהיה הילד בריא ואיתן וכשיר לצאת לחיים.



מי אני?

שמי בתיה וגשל, מעבירה סדנאות למודעות הורית, מאמנת אימהות להגיע לאימהות המגשימה והשואפת ביותר כבר שנים.

לאחר שלמדתי שיטות רבות ומגוונות בנושאי חינוך ומודעות, ראיתי כמה חשוב לייצר את האיזון הבריא בין כל הגישות. כדי להטמיע את השילוב המנצח בין הגישות השונות וליישם את הידע, פיתחתי גישה מיוחדת שמשלבת בתוכה כלים:

* מעולם הטיפול

* ה-N.L.P

* דמיון מודרך

* מודעות עצמית

לאחר שפנו אלי אימהות רבות וראיתי עד כמה הנושא הזה כאוב, וכמובן חוויתי את זה גם כאמא לילדים מקסימים וראיתי כמה הידע הזה פתח לי ולעוד אימהות רבות את העיניים וכמה אפשר לחיות את החיים אחרת, מתוך הנאה, שמחה ואחריות בריאה, החלטתי אף לשתף אותך ולעזור לך להגיע לאימהות מגשימה ושואפת ביותר.



האגדה מספרת על משפחת שביט - משפחה מלוכדת, שהתגוררה אי-שם מחוץ לכדור הארץ,
בתחילתו של שביל החלב רצוף הכוכבים.

כך הם חיו לבדם על כוכב שקוטרו אינו רב אך מספיק דיו לכל משפחתם, שכללה סבים וסבתות,
דודים ודודות, והמון רב של ילדים.

המוטו שלהם היה: "כל אחד חי לעצמו", והם יישמו אותו בדביקות וראו בזה מטרה עליונה. הם
דאגו למנוף את האמרה, וכמובן לקיים את כל הסעיפים והתתי-סעיפים שמשטרנים מאמרת
כנף זו.

כך חיו להם בטוב ובנעימים.

חכו בסבלנות לסיומה של האגדה והתפתחויותיה...

נשמע לכן מוכר?

לא, אני לא מתכוונת לכך שאת מחנכת ל'כל אחד חי לעצמו', ברור שלא!

הכוונה היא: את מכירה כאלה שהם חיים אתך יום ופשוט אימצו לעצמם את המוטו הזה?
כלומר, בלי ליטול כל רשות ממך, ולמרות התנגדותך הנחרצת הם החליטו שחיים כאלו יפים
להם...

ולמה בעצם לא?

לא להיות מחויבים לבית, לחברה, לסדר, ולא לחוקי הזמן והמקום.

ונוגה, הבת, אכן חיה לעצמה. העיפה דברים לכל הכיוונים, וכי למה להניח במקום?

וכשסבא מאדים החליק מקליפת הבננה - להסיק מסקנה ולהתחיל להשתמש בפח? לא חונכנו
כך!

שיחיה לעצמו הסב, ויזהר להבא...

מכירה את זה שמגיעים הביתה והמעייף עף על הספה, התיק נוחת במרכז המטבח, נעל אחת פה נעל שניה שם ויללה מרעידה: "אין כלום מה לאכול בבית הזה"? מוכר מאיפשהו? המשחקים פוזרו על הרצפה בכל רחבי הבית, ולאסוף? הם פשוט לא מכירים את המילה הזאת, היא לא קיימת אצלם בלקסיקון.

מגיע הערב ואת מותשת, מרגישה ממש כמו אחרי ריצת מרתון ביערות האמזונס, ולפנייך רשימה של משחקים שאת צריכה לאסוף היות שהידיעה המרעישה שצריך לשמור על סדר עוד לא גונבה לאוזני בני הבית. וכך את מוצאת את עצמך אוספת עד השעות הקטנות של הלילה פאזלים, קליקס, מגנטים, דופלו ומכוניות מרוץ.

קורי השונה נאחזים בך, אבל את רוצה לקום לבית שפוי.

את מוצאת את עצמך נוזפת וכועסת על הילדים, מסבירה, מרתיעה ומאיימת; מראה את המקום של כל משחק, צעצוע, ספר, או מוצר אלקטרוני וחוזר חלילה, ובערב את תוהה איך את מוצאת את עצמך שוב מול אותה סיטואציה.

וייתכן ואת מאלו שדוגלות בדביקות שאין להוציא משחק נוסף לפני שהראשון נאסף אל מקומו, ואז... את פשוט מוצאת את עצמך מוקפת בעדת משועממים שאין להם טיפת כוח וחשק להוציא משחק מהארון רק מעצם המחשבה על העבודה שמצפה להם בסיומו של המשחק...

עוד דוגמה רווחת?

הילדה הכינה יצירה, כל חומרי היצירה פזורים על השולחן, חלקן כבר נמרטו בידי התינוק המתוק... הטושים מתייבשים במקרה הטוב, ובמקרה הפחות נחמד מגיעים לפיו של התינוק, ואת נזעקת במהירות להרים את הנשאר לפליטה ולהוציא מהפה ומסבירה בפעם המי יודע כמה, שאחרי שמסיימים יצירה כל החומרים ומכשירי הכתיבה אמורים להגיע למקום שכל-כך עמלת להכין ולהנגיש שיהיה קל לילדים להחזיר למקום.

נמשיך הלאה?



בתי וגשל
לאמהות ששואפות יותר

הפיג'מות והבגדים מהיום החולף...

את כבר יודעת בדיוק איפה הם נמצאים - מנוחתם על רצפת חדר האמבטיה הקרירה. למה?
בטח אמא כבר תיקח אותם כשהגישה לאמבטיה תיחסם או כשהיא תחפש להיכן נעלמו
הכביסות בשביל להעמיד מכונה.

ואת מרגישה אנא אני באה?

אז בואו נקרא בקול גדול לילד בשמו:

אחריות!

או יותר נכון - חוסר אחריות.

אז בואו נשאל את עצמנו, מה באמת קורה לילד/ה?

האם יש לו/ה אופי מבולגן?

האם נחמד לו וכיף לו לחיות בעולם של בלגן ותוהו ובוהו?

ייתכן ואולי זה תחביב אצלו?

או שזה פשוט טבע של ילד מרחף או מתנער, ואין מה לעשות בעניין?

אז בואו ננסה לחשוב לעומק מה קורה פה?

אני רוצה לשאול אותך אמא: האם כשתבואי לביתה של השכנה ותראי שאי־סדר נורא שורר
שם, כל הרצפה זרועה חפצים, ממש בוקה ומבולקה, האם תרגישי צורך נואש להתחיל לסדר
את ביתה ולארגן? מעצבן אותך ההתנהלות הזו - למה אי אפשר לסדר? הבלגן יפריע לך עד
שתמצאי את עצמך מתחילה לגרוף חפצים ומשחקים למקומם ומפנה את הפח?

אני מניחה שלא, אלא אם כן את ממש תרגישי צורך להתנדב ולעשות עם השכנה חסד ולרתום
את עצמך לעזרתה... אבל בטח לא ממקום של כעס או תסכול.



בתיה וגשל
לאמהות ששואפות יותר

אז אולי זה יכאב קצת לשמוע, וייתכן שגם יפתיע אותך, אבל הילד שלך באיזשהו מצב מרגיש כמו בבית של השכנה, ולעניין הסדר והניקיון הוא לא מרגיש שזה הבית שלו, (כמו שאת מרגישה שזה גם שלו!).

כשאת לוקחת אחריות על תפקידיו - הווה אומר: על חפציו, על תיקו, על חדרו המבולגן, והרשימה ארוכה, הוא לא ייקח את האחריות וירגיש שאמא דורשת ממנו לסדר בית שאין לו בו שום מחויבות. בעיניו זה ממש כמו שתכריחי אותו לארגן את החדר של החבר.

ולמה זה קורה? כי יש פה מישהי שלוקחת את כל כובד האחריות על עצמה! וכמו שאנחנו יודעים שאין שניים נוטלים אחריות בדבר אחד, כך גם כשאת לוקחת את האחריות עלייך, ואת מוטרדת מה יהיה עם החדר, וזה לא אפשרי להמשיך כך וכו', התוצאה היא שהילד יוצא מהתמונה ומרגיש כמתנדב בבית גם אם מדובר במגירה האישית שלו או בתיקו הפרטי. אז מה לו ולבלגן, מה הוא קשור לזה בכלל?

הוא בעצם רגוע מאוד, יש מישהי שלקחה לו את התפקיד והוא סמוך ובטוח שהכל יהיה בסדר. וזה לא משנה אם אלה דברים אישיים שלו לבין תפקידיו כאחד שדר בבית... כל עוד אמא לוקחת אחריות זה לא קשור אליו, אין לו שום קשר לעניין והוא הופך להיות מפוזר, חי בעולם שכולו טוב...

ובטח תשאלי את עצמך: בדברים האישיים שלו אבין מאוד שאם אעבוד על נושא זה בסופו של דבר הוא ייקח אחריות ושיהיה אכפת לו מהם; העניין הוא, מה קורה כשזה בכללי בדברים של הבית, למה שפתאום יפריע לו הבלגן אם לא אקח אחריות?

כאן אנחנו מגיעות לנושא של המשמעת, שברגע שאת ממשמעת אותו בצורה נכונה ומתוך כך תסירי אחריות (כמו בכללי המשמעת) תגלי פתאום שאכפת לו לעשות את תפקידו כאחד מבין דרי הבית.

כיצד תהיה דרישת משמעת תקינה? מפורט בהמשך.



בתיה וגשל
לאמהות ששואפות יותר

לסיכום:

מה שעלייך לעשות, זה פשוט לצאת מהסיפור, לא לפחד ולא לחשוש מהבלגן שמחכה. עלייך להבין שיש כאן תהליך שברגע שהילד יקלוט שזה שלו הוא יתגייס וייקח אחריות גם בדברים שקשורים לבית והם מתוקף תפקידו.

נמשיך ונדון בהמשך על הנושא של עזרה בבית. אמנם אחרי שהקפנו אותו לכל טווח הגילאים נחדד ונוסיף עוד על הגיל הקטן יותר.

כולנו הרי יודעות, כי תינוק שמתחיל לשחק במשחקי הרכבה למיניהם נהנה מעצם פיזור חלקי המשחק ואסיפתם חזרה לקופסה. בזה בעצם מסתכם המשחק המהנה והחוויתי שלו.

מתי התינוק מקבל לפתע את ה'שכל', שלאסוף משחק זה כבר לא כ"כ מהנה? שזה כבר אפילו מייגע, ואולי בכלל כבר סוג של עינוי בשבילו?! אולי ממתי שבאמת הוא הופך לגדול יותר ומסורבל יותר?! או ייתכן שכשהוא גדל הוא מראה סממני שחיקה ו'הזדקנות' ילדותית?! או אפשר ויש לו כבר פחות חשק וריכוז לשבת על משחקים (למעט הרכבה של פאזל שאורך 3/4 שעה בערך, יש לו את ההנאה...)?

אז התשובה היא כמובן ששלושת האופציות אינן ממש מדויקות...

הסוד הוא, שזה מתחיל ממתי שהרגיש את השדר הסביבתי, ולאותו שדר יש הרבה צורות ביטוי בשטח שהילד רשם לעצמו באקסיומה הגיאומטרית.

כמו למשל, האמא שאומרת "מי שיאסוף את... יקבל סוכרייה" (-עלי לעבור סבל כדי להשיג סוכרייה נחשקת).

או "לא אוכלים ארוחת ערב לפני שאוספים משחקים" (-לאסוף = עונש).

או "אתה חייב לאסוף, אמא תעזור לך" (-במשחק היא לא מתנדבת לעזור... מעניין למה?).

ועוד ועוד כהנה וכהנה.

אז הבה ניזהר אימהות: דבר ראשון, לא להרוס להם את חדוות היצירה שבאיסוף המשחק! אם הצלחת בכך, סביר להניח שלא יהיו לך יותר בעיות בנושא!



אבל בד בבד ניתן להוסיף את הנקודות שיעזרו לך, וגם לילדך, להיות יותר ממושמע. וזה תקף לגבי כל תחומי המשמעת:

- 1) בקשי מהילד פעם אחת והסתכלי לו לתוך העיניים בכבוד.
 - 2) עבר זמן־מה והילד עדיין לא עשה את מה שביקשת, אל תתייאשי, קראי לו ברוגע ובתקיפות נחמדה והצביעי לו לעבר המשחק מבלי להוסיף מילה... (כמו בפנטומימה).
 - 3) עִקְבֵי־יָוֵת! היי רגועה, אוהבת ולא מתפשרת, זה הסוד! (אל תגידי כבר יותר קל לאסוף לבד...).
 - 4) אם הבקשה שאת דורשת ממנו מורכבת יותר, כמו לסדר חדר בשלמותו, מומלץ למען הבהירות שלך ושלו לפרק את הדרישה לגורמים ברורים ולא תיאורטיים, כך יהיה תיאום ציפיות ובהירות לשניכם. לדוגמה: "סדר בבקשה בחדר את: המיטה, הכתבייה והרצפה".
- כל זה בתנאי שאת מתחברת באמת לתובנה שזה יכול ואמור להיות חוויה נחמדה לילד!



ונחזור לאגדה שלנו:

לדודה לדבר יפה?

למה?

לא מתאים לי עכשיו לדבר, אני עצבנית וכועסת ואני חיה לעצמי.

ואם היא מבוגרת?

נושא האחריות ממשיך ומסתעפים ממנו סעיפים רבים.

על שיתוף פעולה בבית ועזרה הדדית לא שמעו עדיין אלה שחייהם מתנהלים תחת סיסמה זו.

ואם באנו לסבתא, אני חייבת לומר לה שלום?

ואם מארגנים מסיבת פרידה מחברה, אני אמורה להכין משהו? מקסימום להתלונן...

ואם אמא מבשלת ומנקה לשבת, זה אומר שאני לא יכולה לשקוע עכשיו בספר קריאה מרתק?

מי קבע?

מי קבע שאני צריכה לעזור לחברה, לאחות, לתינוק שבוכה, וכמובן כמובן לאמא?

אם האח הקטן בוכה שהוא צריך דחוף טישו זה אומר שאני צריכה לקום מהרביצה שלי וללכת

להביא לו? באמת? למה?

ואם אבא אמר לי משפט כזה או אחר, לא אפסיק לבכות ולהפוך את כל מה שנקרה בדרכי.

וכן, אני אבכה לאמא שתתקשר לאמא של שרהל'ה למה היא לא משתפת אותי. ובכלל אין לי

חברות, אף אחת לא רוצה לשחק אתי... אז מה אם גם אני רבה? הן לא צריכות להחזיר לי, זה

לא פייר.

ולפעמים את עומדת מהצד תוהה, ואומרת לעצמך או להם: "אני צריכה לנהל עבורכם את

יחסיכם עם האחים, האחיות, השכנות וכו'?"



בתי וגשל

לאמהות ששואפות יותר

כאן אנחנו רואות איך הילדה הקטנה מתחילה ללמוד את החיים בניסוי ותהייה, ומנסה לנהל משא ומתן עם הסובב אותה, דבר טבעי לגיטימי. מה שקורה זה שהיא צריכה ללמוד שלפעמים מפסידים ופעמים זה לא משתלם, ודרך הלמידה הזאת היא בעצם תקלוט מתי שווה לה ההשקעה ומתי לא כדאי לה להשקיע ולתת...

איך תלמד הילדה?

יש פתגם מפורסם וידוע "החיים הם בית הספר הכי טוב!"

זה שאמא תיקח אחריות על הילדה ותנסה להסביר לחברה או לילדה עצמה, היא בעצם לוקחת לה את בית הספר הכי טוב והכי איכותי - שזה ניסיון החיים - ומנסה ללמד אותה בתאוריות נחמדות. לפעמים אנשים מקבלים תאוריות ולפעמים אנשים דוחים את התאוריות ולא מבינים אותן בשכל שלהם.

ולכן אני ממליצה לך אמא להשאיר לה את בית הספר האיכותי ביותר שזה החיים, להוציא את עצמך מאחריות ולהותיר זאת לילדה החמודה.

המקום הנכון יהיה לבדוק מה קורה לי כאמא מול האפיזודה הזאת? האם אני מרחמת על הילדה? האם אני נלחצת בשבילה ואני צריכה עכשיו להתחיל להדריך אותה? האם אני כועסת עליה?

מה יקרה אם לא?

כי את השדר הזה הילדה מקבלת, ומתוך השדר הזה היא מבינה שאמא לא כל־כך מאמינה בה, שאמא לחוצה ומרחמת/כועסת עליה...

שם כדאי לעבוד ולהרפות, לא לשדר לחץ, לשדר אמון שהילדה שלי יכולה להסתדר, היא יכולה ללמוד את החיים, זה הכל.

יהיה בסדר!



אחרי שאני ניגשת ממקום של אמון מלא, כמובן שאם הילדה באה לבכות לי, להתלונן על ההפסד שלה, אני קודם-כל חייבת להקשיב לה, ושוב כמובן מבלי להילחץ... ומשם הכי טוב יהיה להוביל אותה לבד למקום הזה שהיא תגיע למסקנות הנכונות.

ואיך תוכלי להוביל אותה אל המסקנות הנכונות?

דרך שאלות!

את שואלת אותה:

-אז מה את אומרת חמודה, האם כדאי באמת לתת לה בפעם הבאה?

-מה את רוצה לעשות במפגש הבא שלך אתה?

-מה את רוצה לעשות בפעם הבאה כשזה יקרה?

וכך היא פשוט תגיע לבד מעצמה למסקנות הכי נכונות והכי טובות עבורה.

הבעיה החברתית אצל ילדינו מעוררת אצלנו האימהות בדרך-כלל רחמים כלפי הילדה, ולפעמים זה מגיע גם לרגשות אשמה - אולי לא מספיק חיסנתי/חינכתי אותה? 'אני אשמה', כי לא פיתחתי בה מספיק כישורי חברה...

אני מציעה לך לקחת צעד אחורה, ולהסתכל על התמונה בצורה מקיפה יותר מהזווית שלך.

ניקח למשל ילדים אחרים בבית - כאשר מציקים להם חברתית, מה התגובה שלך? בדרך-כלל נופתע שהיחס שלנו באותו נושא משתנה מילד לילד - על ילד אחר כשיבוא להתלונן אסמוך יותר שהוא מסוגל להתמודד, פחות אכנס לנישה של רחמים ודאגה, ואהיה רגועה יותר אתו.

אז מה בעצם קורה פה? למה על הילדה הזאת אני פתאום חוששת יותר ומרחמת יותר? למה אני משדרת לה חוסר אמון שהיא תוכל להסתדר?



בטח תעני לעצמך: עובדה בשטח! זה מה שקורה, הילדה סובלת או הופכת לבלתי נסבלת!

וילד אחר שלך שגם סובל - מה שקורה לכל ילד - האם את גם מרגישה כלפיו כך? לרוב נבחין שלא אצל כל ילד אנחנו נרגיש את אותו רגש של דאגה ורחמים.

ולכן אני מציעה לך: ראשית, התייחסי לבתך כמו שאת מתייחסת לילד שאת הכי סומכת עליו והכי לא דואגת לו. את סמוכה ובטוחה שבסוף יסתדר מצוין? אז כאן תעשי לך העתק הדבק.

וכעת, רק מהמקום הנקי הזה, שלא משדר חוסר אמון, תוכלי לגשת לערוץ של להעניק כלים לילד להתמודד, ולפתח בו כישורים חברתיים (וגם את זה את חייבת! אני מניחה שלא עולה בדעתך ללמד את התינוק להפעיל את רפלקס המציצה).

אז מה יש לעשות?

ידוע כי הריפוי הכי יעיל ועמוק מגיע מתוך האדם פנימה, כשהוא מחובר למקום האמתי שלו הוא יכול לגייס את כל הכוחות הגלומים בו שיסייעו לו בזמני אמת. ולכן כשתקשיבי לבתך תני לה לפרוק את כל מה שבלבה, אבל מתוך מקום נקי שיכול להיות פנוי ומכיל את הילדה (ללא מעורבות רגשית כדוגמת רחמים/כעס וכדו').

ובעמדה הזאת, אל תמהרי לתת עצות או להסביר ולפרש את העניין אחרת, פשוט תהיי שם בשבילה. רק תקשיבי ותגלי הבנה (כאימהות יש לנו דחף חזק לעוץ עצות, להרגיע ולהסביר).

תראי איך לאחר ההקשבה היא מקבלת כוח לאסוף את עצמה, והיא תשתמש בכל הכלים שיש בה כדי שתוכל להתמודד מצוין חברתית. אף אחד לא יוכל לעשות את זה טוב יותר ממנה.

כמובן, אם היא תבקש את העצה/הרעיון, תוכלי לתרום לה משלך. אבל תמיד כדאי לנסות לכוון אותה בעצמה ולהוציא ממנה מה הכי נכון ומדויק לה. אפשר ורצוי גם לשתף אותה בחוויות אישיות מהעבר, שאת בעצמך עברת, ועל ההתמודדות שלך. זה גם יפתח אותה וגם ייתן לה כוח.



ובבית משפחת שביט שקבעו מושבם על הירח
בכיות נוראיות, זעקות שבר,
אין תעסוקה הולמת לנוגה ולאחיה,
הם הרי חיים לעצמם ומצפים מהתעסוקה שתגיע לפתחם.
מי שמע שהם צריכים להוגיע את מוחם ברעיונות?
אין להם את הכוח והחשק...
שהתעסוקה תיפול לרגליהם...
הם אחריה? לא יחזרו!
תבוא התעסוקה ותתייצב נוכחם.
"אמא, משעמם לי".
"אמא... משעמם לי".
אמאא... משעמם לי.
"אין לי מה לעשות".
"אין משחקים בבית הזה".

ואת? לפעמים מתגייסת לחפש תעסוקה הולמת, מתזזת בין מגוון הגילאים הקיים בבית, זה צבעים, ההיא סודוקו, והוא חניית מכוניות.

"לא רוצה את זה? אולי אתה רוצה סיפור? אתה רוצה לרדת למטה עם האופניים? אף אחד לא נמצא למטה? אתה רוצה שארד אתך? שארכב אתך עם התינוקת ביחד? הסודוקו קל? את רוצה שאני אנסה לבנות לך סודוקו קשה? את לא רוצה סודוקו? את רוצה סולמות וחבלים? אולי אני אבנה לך מונופול? בית בובות? ארמון ממגנטים? את לא רוצה? למה?"

וזה לא נגמר כאן. המנגינה לא נגמרת - "משמעם לי, אין לי מה לעשות".

והילדים החביבים והמתוקים לא טובלים אצבע במים קרים...

אז לפעמים את כבר מת־פ־ו־צ־צ־ת. "מה? אני ספקית התעסוקה שלכם? תמצאו לכם מה לעשות, הארון בחדר ילדים מתפקע מרוב משחקים וספרים. באמת?!"

והילדים מסתובבים בבית אבלים עם עיניים נפוחות, מזוגגות ומסכנות, אין להם, פשוט אין להם מה לעשות...

יקומו? ייזמו לבד משחק? אנחנו הילדים? התפקיד של אמא היא לא לחפש לילדיה תעסוקה לשעות הצהריים? למה לנו להתאמץ?

הפתרון

✓ ראשית, בואו לא נהיה מאוימים מהשעמום של ילדינו. כשהילד משועמם (בלי להדביק למילה פרשנות שלילית) גלגלי המוח לא נחים לרגע והוא מתחיל להפעיל את הדמיון, בעצם את היצירתיות.

אם נדייק, השעמום פותח לו פתח לעולם קסום של המצאות ודמיון פורה. עלינו לדעת שממציאים גדולים בתבל המציאו המצאותיהם בהיסח הדעת ובזמני שעמום, ממש לא מתוך פעילות אטרקטיבית בתיווכה של אמא מסורה. אז בואו ניתן להם את מתנת השעמום בלי פחד ומורא. כן, כן! ניתן לילד לבהות בנקודה עלומה, אולי משם ימציא עצמו מחדש.

אז רגע, למה כליך חשוב שלא נפחד, שלא נחוש מאוימות? למה ניתן לזה דגש? לשם כך נזהה מה מתרחש: אנחנו מנסים להפעילם, ממש חסרי נשימה אחר המרדף לתעסוקה מיטבית ובריחה מהפחד שמפלצת השעמום אורבת לנו בפינה, ילדינו החביבים משתפי פעולה, נענים לצפייה ומוכיחים לנו שבאמת, אמא, יש לך ממה לפחד... נוכיח לך, אנחנו רבים, מתכסחים ומסכנים מאוד מ'א'ו'ד! אין לנו מה לעשות (שומו שמים), יש פה בשטח אמא מתאכזרת שלא מעסיקה אותנו מספיק, לא אכפת לה ולא מעניין אותה שנטפס על קירות! כך אנחנו רוקדים את ריקוד השעמום המשותף, כאשר אנחנו מאשימות את עצמנו ומאוימות והילדים רוקדים אתנו את אותו ריקוד ממש. הם מוכיחים לנו על כל צעד ושעל, אמא את צודקת! יש לך מה להרגיש אשמה ומאוימת.

לכן נעשה חישוב מסלול מחדש על נושא זה. כי כעת זה הזמן להירגע ולצאת ממעגל האיום, עכשיו הזמן להרפות, להשתעמם (יש לזה צליל קצת יותר מעודן?).

ילדיי היקרים והאהובים, איך תתגעגעו לעשייה פורייה אם לא תשתעממו מעט, אם לא תשתעממו (איום) אתם תיפלו לתוך קלחת העשייה שאתם חייבים, מותשים וחסרי כוח, מאחר שגם לחשוב על העשייה לא הספקתם כראוי, ולא תצברו דלק בשביל הדברים הגדולים...

✓

✓

- נהפוך את ילדינו ליזמים צעיריםהלחץ שלנו להמציא להם יש מאין, אפילו יש מי, אמצעי תעסוקה, אנו מיצרים (מלשון צר) להם את המרחב, סותמים להם את הראש. אנו אחראיות לתעסוקה שלהם וכל הזמן הילד שואל: "אמא, מה עכשיו?", "ועכשיו?", "ועכשיו?", "והלאה?". נתבונן מסביבנו ונראה ילדים שמולעטים במשחקים ולמרבה התדהמה (בעצם, כעת די מובן) אין להם מה לעשות, הם הופכים לסוג של מוגבלים קוגניטיבית.

מנגד, אפשר לראות ילדים שלא דואגים להם למשחקים 'פול טיים' והיצירתיות שופעת מהם, נראה שכל הזמן הם מייצרים דברים שבבסיסם עומדת השאלה התכליתית: "כיצד נגרום לעצמנו הנאה מירבית?".

דוגמה חיה לכך במציאות: שתי ילדות מקסימות שמשחקים למיניהם לא היו הצד החזק בביתן, והן, חמודות שכמותן, לקחו שלדים של עגלות בובה, כריות - אותן הלבישו, ואפילו קוקיות עשו ל'בובה', שמו אותה באהבה בשלד (כך אין סיכוי שה'בובה' - כרית תיפול), בנו מכיסאות בית בשילוב מגבת ועוד כל מיני חפצים שהיו בסביבתן, והאושר הרקיע שחקים. כך שיחקו פעמים רבות, כשכל פעם הן ממציאות מחדש משחק, שאין משחק - משוכלל ככל שיהיה - שישווה לו. רק נביט סביבנו ונראה גם אנחנו דברים מעין אלו.

כאשר נצא מהמקום של הפחד מהאיום התעסוקתי והתלות בה, ונגיע למקום הרגוע והשלון, נוכל מתוך מקום בריא להוציא פה ושם משחק, ואפילו גם להשתתף אתם אם מתאים לנו.

אבל חשוב שנעשה זאת בדרך המתאימה לנו - זה אומר כל ילד וילד באופן אישי. לאחד מתאים ללכת הליכה בערב לשעה כיפית באוויר הצלול; לשני - לשבת על הרצפה עם מונופול המצוות ולצעוק יחד הידד; לשלישי - לקפוץ בחבל ולהתגלגל מצחוק; ולרביעי - לשחק משחק משפחתי של בניית 'מחנה'. ויכול להיות שכל דבר אחר שמתאים לך ... ולא, לא ניתן לאף אחת לבלבל אותנו. נעשה את מה שאנחנו אוהבות, ואיך שאנחנו מרגישות הכי בנוח ובכיף.

בטח נשאל, איך אנחנו יכולות לזהות שאנחנו אכן לא מעסיקות את ילדינו ממקום מאוים? מהו המדד שבאמת יצאנו מהמקום הזה ואנו באות ממקום בריא?

כתשובה לכך נשאל את עצמנו: "מה יקרה אילולא הייתי מציעה להם את המשחק, האם אני מרגישה שכל הצרות והבעיות היו מתחילות מכאן – שאני אמא שלא מעסיקה אותם? האם אני יכולה להיות רגועה שהעולם ובתוכו ילדיי לא יתמוטט אם לא אדאג להעסיק אותם?".

אם לשאלה הזאת נענה כל אחת באופן אישי לעצמה "לא" עם סימן קריאה גדול לאחרינו, "ילדיי מסוגלים להסתדר מצוין גם ללא עזרתי בנושא", אזי ידוע נדע שאנחנו בכיוון הנכון ויכולות להציע תעסוקה/משחק מהמקום הבריא, הבוחר, מתוך הרגשת חירות נפלאה. נחזיר את השמחה והפניות שלנו למשפחה, וניתן להם את המתנה הגדולה ביותר שנוכל להעניק להם – את השמחה הפנימית האמתית של הביחד, של באמת ליהנות לשחק/לצאת/לרוץ או כל דבר אחר ממקום טוב יותר ונקי יותר, מכבד מאוד ומכיל.

אז בהצלחה לכולנו!

ואי־שם בכוכב

נוגה לא יודעת מימינה ומשמאלה,

לא מסכימה לספור את הכוכבים מסביבה ואת האבנים שאמא מגישה לה,

לא מבינה את הקביעה המשונה ששתיים ועוד שתיים שווה ארבע. מי קבע בכלל?

ללמוד? לא מצליחה, לא ניחונה בכשרונות כוכביים...

קרא וכתוב? היא מתקשה לאור הירח והכוכב מסנוור...

אמא ממש חסרת אונים. היא מנסה לתגמל בטיול לילי לאורך הכוכב,

מנסה להסביר לה ולהתחנן שתיקח את עתידה בידיה,

אחרת אף אחד ממשפחת שביט לא יחפוץ בה...

אך נוגה? חיה בענן שרובץ לו על הכוכב.

המורה כותבת במחברת־קשר שכדאי מאוד להתחיל להקפיד על שיעורי הבית, כי כבר פעם רביעית השבוע שהם לא בוצעו, המורה דורשת חתימת הורים. אבל משום־מה מחברת הקשר כלל לא הגיעה אלייך.

המורה רואה חוסר תגובה ויוצרת קשר בדחיפות עם האמא שמשום־מה הסירה אחריות... ומדווחת

בכובד ראש ששיעורי הבית לא נעשים, ואם כבר שיחה אז הכתב ממש לא קריא ומסודר. ובכלל, מצב המחברות הוא נוראי... אנא ממך אמא יקרה. התחילי לעקוב...

ולפעמים מדובר בילדה בוגרת, ואז הטלפון שתקבלי מהמורה או הנוסח של המכתב שיישלח הביתה עם העתק להנהלה ולתיק האישי יהיה: "התלמידה הנ"ל אינה לומדת כראוי ואינה

מבצעת כנדרש את המטלות הניתנות. התלמידה מרבה להיעדר מהשיעורים, ולכן אנחנו מודיעים להורים שאנחנו מסירים אחריות

בכל מה שקשור לנושא ההגשה לבגרויות שיתקיימו בקיץ הבא".

ואת אמא יקרה, מרגישה ממש כדור מתכדרר לו במעלה הגרון - למה החמוזה הזאת לא חושבת על העתיד שלה שהיא תהיה בלי בגרות... ובכלל, נעזוב את הבגרות... איזה שם יצא לה? של תלמידה מזלזלת שמבלה מחוץ לכיתה בשיעורים?

ואם מדובר בקטנה, זאת שמחברותיה והסדר שלהן בקושי עוברים את הציון 'מספיק', היא פשוט בוהה בך ולא מבינה על מה את מדברת.

וכמה שאת מנסה לדבר, ליזום שיחות, הליכה לילית יחד באווירה קסומה עם שכנועים, הסברים והרתעות, ואת מנסה לספר לה על הילדות שלך ולהיזכר מה אמרה מנחת ההורים שבוע שעבר, ואפילו את המאמר שהיה כתוב בעיתון...

והתוצאה? אפס!

הפעם אני רוצה לענות לך בסיפור עובדתי (אמתי!) שהתרחש בשנתיים האחרונות כדי שכשתיווכחי בתוצאות ממילא תאמיני יותר לתהליך והפלא יוכל להתרחש גם אצלך.

אלישבע, אחת המשתתפות בקורס, עובדת כגננת בגן שפה, משתפת אותנו בסיפור שקרה לה עם ילד בן 3.5 שהגיע לגן - ילד ברמה שהציג איחור התפתחותי משמעותי בכל התחומים, ובמיוחד בתחום השפתי.

הילד התחיל את השנה, וככל שהכירה את הילד כך נכחה לראות את רמת הבנתו והבעתו הנמוכה בהרבה ביחס לילדי גילו. הילד לא היה משתמש אף לא במילים בודדות כדי לבקש את צרכיו הבסיסיים.

במשך השנה החליטה אלישבע לא להאמין יותר למה שהילד מציג ומראה לכולם, אלא להאמין שבטוח גלומות בו יכולות הרבה מעבר למה שהוא משחק...

היא גמרה אומר להתייחס אליו כאל ילד חכם ומבין, אבל באמת האמינה בו משום שידעה טוב מאוד שמוח האדם הוא פלסטי - דינמי, והוא יכול להשתנות בכל רגע נתון ולהגיע רחוק.

והנה, קרה הבלתי ייאמן!

הילד החל לצמצם פערים במהירות שהפתיעה את כל אנשי הצוות המקצועיים (המרפאות, הפסיכולוג, המדריכות וכו').

לקראת סוף השנה בגן השפתי עמד הילד לעבור למוסד לימודי רגיל! כאשר הוא קורא, מדבר בשטף ומוכיח הבנה בלמידה מעמיקה תואמת גיל.

(באבחון השפתי שעבר בתחילת דרכו קיבל ציון של כשתי סטיות תקן מתחת לממוצע. לכל המבינה - זה אומר על גבול הפיגור, ובאבחון האחרון יצא בגבול הנורמה בכל התחומים!).

הסיפור הזה הוא מתוך שלוש סיפורים שקרו לה רק בשנה האחרונה.

ולסיכום, מה שיוכל להוביל לשינוי וצמיחה אף מעבר לכל התחזיות:

1) הידיעה - האמונה שמוח האדם גמיש ומשתנה, ולכל אחד השמים הם הגבול. גם לאלה הנראים חסרי הבנה וחכמה (אפי המדע והמאבחנים מודעים לכך שמוח האדם משתנה, ואבחנה שאובחנה כיום עשויה להשתנות תוך שלוש שנים).

2) סבלנות ואמון בתהליך, ולהתעקש ולהאמין בשינוי למרות שהוא הדרגתי ותהליכי.

3) וזה כבר טיפ שילווה אתכם בדרך:

התחילי לאסוף וללקט הוכחות (ולו הקטנות/המטופשות ביותר...). הילד פשוט מבין, יודע, גאון, ועוד.

אל תיקחי ממנו את האחריות לעצמך!

זכרי: הילד או הילדה הם עדיין בעלי בחירה! וזה הכבוד העצום ביותר.



בתיא וגשל

לאמהות ששואפות יותר

נקודה חשובה להבהרה:

אין בכוונתי לומר שצריך להתעלם מכך שלפעמים הילד אכן זקוק לעזרה. תמיד אפשר להוסיף עזרה, ולפעמים זה אף דרוש. אבל אסור לנו לשכוח שהעזרה הכי גדולה היא האמון האינסופי בילד.

ואם עזרת טכנית ללא האמון - אולי זה יכאב לשמוע, אבל לרוב העזרה לא תועיל כלל! ובעיקר, מה שחשוב מאוד זה לזהות מתי העזרה הטכנית חוסמת ומונעת את התקדמותו של הילד (כמו שנכתב לעיל).

זכרי:

אי אפשר ללמוד לשחות ביבשה, לשחות לומדים רק במים! ולכן חשוב ביותר לתת לילד צ'אנס להתנסות מתוך אמון מלא.

לקום בבוקר?

מה הבדיחה?

אי אפשר להניח עצמות לעוד כמה שעות?

למה לקום אם אפשר שלא?

בבית משפחת שביט מתהלכת בדיחה עממית על אנשים החיים בכדור הארץ וקמים עם אור ראשון,

כן, אנשים קמים בבוקר ועוד ממהרים... ורצים...

מי לעבודה, מי לבית הספר ומי ומי ההולכים.

רווחת התופעה המוכרת עד לכאב.

כן, הקימה המאוחרת בבוקר, הנשרכות הזאת, ההליכה לבית הספר כשהעיניים עדיין דבוקות, והקול כאילו חלום מדבר מתוך גרונם.

ואפילו אם כבר קם/קמה מוקדם, אז ההתארגנות. עד שמתלבשים, ובכלל עד שמחליטים מה לובשים, סוודר דק/ארוך, כהה/בהיר...

ומה תכיל הארוחה הבוקר, וההסעה כבר צופרת... אבל הילד לא פנוי לשמוע, הוא עדיין מתלבט בין הטוסט לחביתה, והשוקו נשפך על החולצה והסיפור עדיין לא הגיע לסימו.

הילד לא מכיר בדדליין והאמא נאלצת להכיר בפתקים ולעשות בהם שימוש תדיר.

ולמה כל בוקר צריך להיגמר עם תסכול וגערות במקרה הטוב, במקום נשיקה ואיחול לבבי של יום טוב?

פעמים רבות אנו רואים את הקושי של הילד/ה בבקרים בקימה ובהתארגנות, ומצד שני את הלחץ שלו/ה מההתערבות שלך בנושא.

יש כאן ניגודיות מאוד חזקה - מצד אחד, הוא לא לוקח את האחריות על עצמו, וכאילו משליך את זה על אמא; ומנגד, ההתנגדות מלקבל את זה שאת מנסה קצת להתערב ולקחת את האחריות.

אז מה בעצם קורה פה?

כל עוד הילד חש את האחריות שלך ואת התעסקותך סביבו, הן ברמה הטכנית והן ברמה הרגשית. משהו בתוכו מרשה לו להרפות ולא לקחת את האחריות על עצמו.

כי אם אמא לחוצה/דואגת/מפחדת מהמורה - מנהלת / חוששת מהעונש - האשמה על האיחור במקום הילד, היא בעצם 'גונבת' לילד את האחריות ואת היכולת שלו להרגיש כך. היא פשוט חוטפת לו את שלל הרגשות, ולא פלא שהילד הופך למין אפאתי. לא מרגיש, לא

לחוץ, לא דואג, ואפילו לא מפחד... פשוט כהות חושים - - - חי לו בעולם שכולו טוב...

אנחנו חוות את זה בקורס, איך שבכל מיני תחומים שהאמא מנסה לעזור לילד ונוטלת עליה חלק מהאחריות (מספיק אפילו בפן הרגשי), באופן לא מודע זה נופל במלואו על אמא.

לפני תקופה שיתפה אותנו אמא אחת בהתרגשות על התמודדות של שנים עם מה שבנה היה מאחר כרוני.

אחרי בקרים של מאבק יומיומי, או לחילופין הבטחות פרסים ומבצעים, היא החליטה לצאת מהתמונה, וכבר כמעט שנה תמימה שהילד לא מאחר! בלי שתצטרך לדרבן, לדחוף ולעודד!

אז מה באמת קורה שם?

מה הסיפור שהילד באמת לא מתעורר בבוקר? הוא לא בוחר בזה באופן מודע, אבל קורה לו שם משהו ברמה הפיזיולוגית שגורם לו לישון חזק (כמו בחדר התאוששות אחר ניתוח).

את יכולה לקחת לעצמך דוגמה, שביום של טיול פתאום יורדת התרדמת פלאים, והוא מתעורר מעצמו, קופץ בזריזות וכו'. מה קרה לו? פשוט לקח את מלוא האחריות על גבו... לא סמך על אף אחד (זה אומר שהוא מסוגל!).

ולכן העבודה שלך, אמא, לתת לילד שלך את מלוא האחריות, לא לחשוש ולסמוך עליו. ובעיקר,
לא לפחד לעזוב את הפיקוד והשליטה על הבקרים שלו... ו... להירפאות - - -

זה אומר, לא לפחד אם זה יהיה כרוך בתהליך שיהיו לו גם נפילות (ויהיו גם יהיו! רק מצליחנים
נופלים בדרך 😊). ואפילו אם לא תראי כל שינוי, משהו מתחיל להתרקם...

פשוט צאי מכל הסיפור!

אחרי שלקחת צעד אחורה, את מסתכלת על הילד מתוך מקום של כבוד ושואלת אותו את
השאלה המנצחת שתוציא אותך מכל התסבוכות של האחריות המיותרת שנפלה עלייך ללא
כוונה תחילה, ועדיין תישארי אמא שאת שם למענו.

"מה אני יכולה לעזור לך?"

וזהו!... חותמת בשאלה הזאת, בלי עצות טיפים ורעיונות. מתאים לך? תגישי את העזרה
שביקש; לא מתאים לך? תאמרי "לא מתאים לי" מתוך שלמות ובלי מאבק.

גם אם הילד יבקש: "בואי, תעירי אותי בבוקר", את תעשי חושבים בינך לבין עצמך מה את
מוכנה במסגרת היקיצה בבוקר, אולי רק לדפוק על הדלת ולומר ב"וקר טוב" בחיור? אולי
טפיחה חמה ואימהית על הגב? וכמובן סכמי אתו בצורה ברורה מה הם תחומי וגבולות העזרה
אותם תגישי.

ולסיום, אני עומדת לגלות לך את סוד ההצלחה של האלופים בעולם 🏆, אלופים בכל התחומים...

החל מתחום הספורט, המשחק ⚽, וכלה להבדיל בתחום הרוחני 📖.

רוצה להצליח במשמעת? 🤖

רוצה להיות אמא אלופה? 🏆

רוצה לחוות הצלחה בקשר עם ילדייך? 🤝

אז הטמיעי בתוכך את סוד המצליחנים.

הם לא עובדים בשביל להצליח (הם נהנים מעצם העבודה 😊).

הם לא משקיעים כי מפחדים להיכשל! (הם לא מאוימים מהכישלון - חיים אתו בשלום 🤝).

הערך שלהם לא תלוי ומותנה בהצלחה! (הם מפרידים 💎).

ועכשיו כלפיך:

גם את אמא,

אל תפחדי 😊 מלהיכשל!

אל תמדדי את המשמעת שלך 🖱️ בביצועיו של הילד!

ושהאימהות שלך לא תישקלנה לפי ההצלחה שלך!

כי את נשארת בכל מקרה האמא הכי טובה של ילדייך!

אז תשיגי את אליפות העולם 🏆🏆🏆 ומכאן הדרך להצלחה הבטוחה בעז"ה.