

לאהוב את הילדים ללא גבולות – אך להשכיל לשים גבולות

לכי/לך לסדר את החדר שלך!" בדומה ל"לך/לכי להכין שיעורי בית?" ו... "זהו עד כאן - כל היום אתה/ת טלוויזיה/מחשב/מסך" - הוראות הנחיות מיני אלה הן בדרך כלל התמהיל והתמליל במציאות השוטפת בסדר היום ביחסים בין ההורים לילדים. שליטה ובקרה הם הדפוס הרווח בדרך כלל בהדרכה והכוונה להתנהגות הרצויה - וכשנגמר האוויר, ברירת המחדל לשחרר את הרסן, מה שבהכרח לא יותר טוב.

סידור, ציות, מסגור, כללים, נהלים הוראות, פיקוח, שיטור, אכיפה, ענישה – להורים רבים מושגים אלה מהווים את ברירת המחדל בגישה המחנכת. בעקרון כך חינכו אותנו. זהו קוטב אחד ותנאי הכרחי שמירת הגבולות במערכת החינוך הביתית. יחד עם זאת ככל שהגבולות לא נשמרים אנו ההורים המחנכים לוחצים חזק יותר. חוויה טעונה זו בדרך כלל הינה מנת חלקם של הילדים גם במוסדות החינוך. הילדים מתבצרים רגשית עם הגב אל הגבולות (הקיר) – נאבקים ובודקים ללא הרף היכן פתח המילוט. ברור לכל הורה מתחיל - לא רק שהגישה לא ממש עובדת יתרה מכך החינוך הופך לזירת חיכוך והתגוששות רגשית מתישה מייגעת מעייפת וכר פורה לכעסים וקונפליקטים. במשפחות רבות בעיקר בגיל ההתבגרות והמרידה, החיים בבית הופכים לבלתי נסבלים ואף אגרסיביים ואלימים - "חושך שבטו שונא בנו". האווירה בבית לא רק שלא רגועה והרמונית, היא מתסכלת ומלאה ברגשי אשם בעיקר אצל ההורים כשהתוצאה החינוכית לא מושגת הילדה/ה לא מקשיב ולא מפנים.

אמרנו, שזה קוטב אחד ותנאי ההכרחי ביחסים – אם כן מהו הקוטב השני? ככל שאנו **אוהבים את ילדנו ללא גבולות עלינו להשכיל לשים להם גבולות**. שני הקטבים נמצאים על רצף שאני מכנה "מדרג ההפנמה" ואנו מחפשים עליו את הנקודה/אזור האפקטיביות. קוטב אחד הוא "דיקטטורה הורית" – כמעט כל דבר לא ואסור... ובקוטב מנגד "אנרכיה הורית" – הכל כמעט כן ומותר... כאשר אנו נסוגים ביחסינו עם הילדים לאחד הקטבים, אנו לא אפקטיביים, מבזבזים אנרגיה יקרה ומתקשים מאוד לקבל את התוצאה החינוכית הרצויה.

ובכן מהו שביל/רגע הזהב מהי דרך האמצע?

איך נתאמן עם הילדים לפתח משמעת עצמית? היסוד הקריטי להתחיל את מסע החיים. איך הילדים לומדים משתנים גדלים ומתבגרים כשבכל רגע נתון קשובים לסמכות המחנכת הורים מורים – מתאמנים בוויסות רגשי, מפנימים מותר ואסור, מפתחים רגשית וקוגניטיבית בטחון ואחריות אישית, מצמיחים עמוד שדרה ערכי ומוסרי.

ובכן, עלינו למקד תחילה את האימון בעצמנו ההורים. השינוי מתחיל בנו – מוטב להתחיל בנשימת התינוק הראשונה הינה האות הסימן להיותנו – הורים! האימון הוא תהליך יומיומי שוטף של ניסוי תהייה וטעייה שבועות חודשים ושנים - ההצלחה ככל אימון מחייבת התמדה נחישות ותחזיק מעמד שנים רבות. בכל מצב סיטואציה נתבונן בזמן אמיתי היכן אנו ההורים - אני ההורה נמצא לעל הרצף בין הקטבים? דיקטטורה מול אנרכיה. בו בזמן נתרגל את חיפוש נקודת/אזור האפקטיביות על "מדרג ההפנמה". החיפוש הזה הוא המפתח ל"רגע הזהב". זה הרגע שבו יום בהיר אחד נרגיש התגלות והמדדים יצביעו על משהו אחר. שינוי שלי ההורה, שלנו ההורים, שינוי של הילדים. המדדים יצביעו על דבר חדש המתהווה, כמו מחט עדינה של מצפן שמצביעה תמיד על הצפון. "רגע הזהב" יהיה המצפן והצפון של תהליך חינוכי לשנים רבות.

הכל טוב ויפה בתיאוריה – אבל איך עושים את זה? בעיקר כשכל היום אנו מול המסכים? הניסיון שלי מלמד, כהורה, מורה דרך ומאמן מנטאלי של "מדרג ההפנמה" עם מנהלים/ת שהם גם הורים, שהדרך הטובה ביותר הינה להיגמל מלהגיד לומר להנחות להורות ומיני

אלה = להתבוסס בקוטב הדיקטטורה. עלינו לעבור פאזה ולסגל דיאלוג של שאלת שאלות - נוע לאמצע: מה יכול לקרות אם החדר שלך לא מסודר ונקי? מה יכול לקרות/להשתבש אם תגיע מחר לבית הספר תכנס לכיתה ללא שיעורי בית מוכנים? מה יכול לקרות למוח שלך אם תצפה שעות במסכים? מה יכול לקרות/להשתבש במעבר החצייה? הכוונה היא לא להכין תשובות לשאלות, אלא ליצור אווירה חדשה שבה הילדים מתחילים לחשוב, לעבד רגשות, לענות בשפתם, לבטא את מחשבותיהם, רצונותיהם פיתוייהם וכדומה. הם צריכים לשאת באחריות לתוצאות מעשיהם. 10 השנים הראשונות הן השנים של אימון ב"רגע הזהב"..

הבנו, אבל איך נתבונן ואיך נתרגל? נקודת/אזור האפקטיביות נמצאת בין קוטב הדיקטטורה לקוטב האנרכיה היכן שהוא על "מדרג ההפנמה". זה מקום חמקמק כיוון שאינו מושהו מוחשי שניתן לאחוז בו! אנו נדרשים לאימון בחשיבה מופשטת ופיתוח רגישות ואמפטיה. טוב לשוחח על הרעיון בין ההורים ולהתאמן בחיפוש ביחד ולחוד. רצוי לשתף דמויות נוספות במציאות של הילדים כמו סבא סבתא ומורים.

אך אנו חיים במאה ה-21 הדיגיטלית התזזיתית. מחקרים מראים שזמן דיבור פנים לפנים עם הילדים הינו כ-7 דקות בממוצע ביממה. אם כך, על אחת כמה וכמה שאל לנו לבזבז זמן יקר וטוב ללמוד שיטות חדשות כמו לעמול למצוא את נקודת/אזור האפקטיביות". בטבע הכל קורה על פי "חוק המאמץ המזערי" – הנבט מפציע לגבעול בהשקעת מאמץ קטן ככל האפשר. כך גם הפנימו בעסקים וארגונים בעשרות השנים האחרונות - בעולם מתפתחת גישת ניהול רזה LEAN שהמוטו שלה "חיסול הבזבז כדי למקסם את הערך ללקוח" - ממליץ לאמץ גישה חינוכית רזה שתכליתה לחפש למצוא ולתחזק את נקודת/אזור האפקטיביות על "מדרג ההפנמה" – התערבות הורית מזערית.

צביקה בר-דרור 054-6653303 www.pro-aware.com



מורה דרך למניעה מזרז וצמיחה

