

# לאן נעלים השביל?

ג'צ'אל ילד'ים ג'א'וד פ'י'פ א'ג'ג'.

גם בעבר הורים יצאו לעבודה, היו שעות שינה שהיה צריך להקפיד עליהם, לימודים ומריבות בין אחים. שום ילד מעולם לא הגיע עם הוראות הפעלה, ובכל דור ודור ומול כל ילד וילד הורים מתמודדים עם מגוון של אתגרים חדשים וישנים הקשורים בגידול ילדים. ובכל זאת, בעידן שלנו, האתגרים מתעצמים עוד יותר.

## התקופה שאנחנו חיים בה

עד היום, כשאני עוצמת את העיניים, אני יכולה לראות מולי בפירוט רב את אוגוסט של ילדוטי בגבעתיים. גרנו ברחוב שהיו בו בסך הכול שני בניינים. בבניין שבו גרתי היו שלוש קומות, בכל קומה היו שלוש דירות, ובכל הבניין כולו - הרבה מאוד ילדים. בשעות אחר הצהריים והערב היינו משחקים מחבואים והנדס-אפ, וערב ערב היו האימהות, בהן גם אימא שלי, עומדות בחלון וקוראות לנו לעלות לארוחת ערב, להתקלח, לסגור את היום.

אותן תמונות שעולות לנגד עיניי כשאני עוצמת אותן כיום - לא יעלו בזיכרוני של הילדים שלנו. המציאות הזו שייכת לתקופה אחרת. הפשטות הזו אבדה לנו, ונדמה לי שהחוסר הזה, החוסר בדברים הפשוטים, הוא אחת הבעיות המרכזיות שלנו כיום.

אנחנו חיים בעידן מוטרף, ומדהים כאחד. ההתפתחות הטכנולוגית היא אדירה, מתוך ההתפתחות הזאת מרפאים כיום אנשים, מייצרים תרופות למחלות שלפני שנים בכלל לא שמענו עליהן, מחלות שבעבר לא ידעו לאבחן אותן. יש התפתחות בתחום החלל, יש התפתחות בתחום הגרעין, יש התפתחות בתחום האטום... יש התפתחות בכל התחומים. והטכנולוגיה הזו, ההאצה הזו, הקפיצה המוטרפת שעשינו בשלושת העשורים האחרונים כחברה אנושית - היא מדהימה. היא עצומה. היא

אפילו מרגשת. אבל היא גם מוסיפה ומעלה הרבה מאוד קשיים. ואחד הקשיים שהיא מעלה הוא ביכולת ההתמודדות של הורים עם ילדים.

## **רמת חיים**

ענייני פרנסה מעסיקים אותנו, העסיקו את ההורים שלנו, העסיקו את ההורים שלהם לפניהם, והם ככל הנראה חלק בלתי נפרד מהקיום שלנו. ובכל זאת, היום - הורים רבים מרגישים שמשכורת אחת לא מספיקה, ושני ההורים צריכים לעבוד, מה שבדור שלי כילדה לא היה כך בהכרח, כי עלות המחייה לא הייתה גבוהה כל כך. היום התחרותיות והשפע והפתרונות המידיים והזמינות של כל דבר, מייצרים מצד אחד המון יצירתיות ופתרונות ויזמות, ומצד שני - המון תסכול להורים. וכששני ההורים עובדים מחוץ לבית שעות ארוכות, ומגיעים הביתה עייפים וטרודים - נראה ששיחים ועשבים שוטים צמחו להם פרא על שביל ההורות, וקשה יותר לראות היכן הוא עובר...

## **עידן הידע**

לפני שלושים שנה ידע היה כוח. זה גם היה סלוגן בית הספר שלמדתי בו: "ידע זה כוח". והידע היה בידי המבוגרים. ההורים והמורים. להורה היו ניסיון וידע, והמורה בבית הספר היה אוטוריטה סמכותית של ידע, של הבנה, של תפיסת עולם. המצב הזה השתנה ללא הכר. היום בגוגל, בוויקיפדיה או באמזון אפשר למצוא פתרונות לכל התמודדות ולכל שאלה. בדור של הילדים שאנחנו מגדלים - הידע עדיין חשוב, ידע הוא עדיין כוח, אבל ידע הוא גם נגיש מאוד.

כיום הידע נגיש לכולם. הנגישות להשכלה גבוהה גדולה כיום מבעבר. אם פעם לימוד באוניברסיטה היה נחלת הילדים המוצלחים, החכמים, המשכילים, ואלה שיש להוריהם יש את היכולת לאפשר להם זאת - היום כל אחד יכול לעשות תואר. יש היום תארים און-ליין, רק צריך לשלם, ולמי שאין ידו משגת - יש גם מלגות. כלומר, היום הידע זמין לכולם. כמעט כל אחד יכול לעשות תואר, וגם אם לא עושים תואר - היום אפשר ללמוד את כל מה שמלמדים בתארים ובאוניברסיטאות לבד, דרך האינטרנט ודרך ספרים.

אז ידע זו כבר לא בעיה. העניין הוא שכיום לצבור ידע זה לא מספיק. כי ידע בלי מיומנויות חיים וכישורי חיים - לאו דווקא יאפשר לנו להגיע למה שאנחנו רוצים, לממש את המטרות שלנו, את היעדים שלנו, להיות מי שבאנו להיות בעולם הזה. וזה הבדל אחד מאוד משמעותי בין מה שהיה פעם למה שיש היום.

ומי שאחראי על מיומנויות החיים שאנחנו כילדים קיבלנו, ומיד נבין איך קיבלנו אותן, זה אנחנו ההורים, הגננות, המורים, הדמויות המחנכות. כל איש חינוך אחראי להתפתחות מיומנויות החיים של הילדים שיש בסביבה שלו.

המנהיגות שלנו כהורים אינה נגזרת עוד מהידע שאנחנו נותנים לילדינו, אלא מההכוונה שאנחנו נותנים להם. אנחנו רוצים להנהיג את ילדינו מתוך הראייה שלנו אותם. להוביל אותם בדרך הנכונה להם מתוך מי שהם, ולא מתוך מי שאנחנו.

## **אנחנו רוצים להיות הורים מתוך ראיית הילד שלנו. להורות לו ולא למורות לו.**

### **סולם הערכים החברתי**

בעבר ערכים של עזרה לזולת, אהבת חנם, מוסריות ויושר היו בסיסיים. אלו היו ערכים שהנחיצות שלהם לקיום שלנו כחברה הייתה ברורה לחלוטין. היום נדמה שהם קצת זוו הצדה, וכמו פינו את מקומם לערכים של הישגיות, הצלחה וכסף. כסף נתפס כמשהו שאי אפשר להסתדר בלעדיו, כבסיס חשוב; הישגיות והצלחה, מעבר לערך שיש להן בפני עצמן, נתפסות כמה שמאפשר להגיע למצב שבו יש לנו יותר כסף, וכל הערכים האלה מקבלים כיום מקום גדול יותר. כלומר, יש כאן איזה מעבר מתפיסה של ערכים שמקדמים את החברה ובונים אותה - לערכים שמקדמים את העצמי. הגשמה עצמית מעל הכול. מחברה חברתית שהייתה צריכה לייבש ביצות ולבנות מדינה יש מאין, הפכנו לחברה של אנשים שמפתחים את האני שלהם. וזה נכון למקומות רבים בעולם, לא רק לישראל.

העניין הזה לא רע כשלעצמו. התפתחות, הישגיות, כסף - כל אלה אינם דברים רעים. אנשים מפותחים יותר בעלי יכולות גבוהות יותר - יכולים ליצור חברה מפותחת

יותר. כסף מאפשר לנו לפעול יותר למען מי שאין לו. כסף מאפשר לנו לבנות מוסדות חברתיים ולתחזק שירותים חברתיים. כסף הוא קריטי להתפתחות החברה. הדבר הרע שקרה הוא שהגענו למצב של או-או, במקום גם-וגם. ערכים שהחזיקו את החברה פעם נמחקו מפני ערכים שמחזקים את ה"אני" כיום.

כדי לצבור כסף, הישגים והצלחה כיום, לרוב אין צורך בחברה. אנחנו יכולים להשיג כמעט הכול בלחיצת כפתור. אפשר להשיג ידע דרך האינטרנט, אפשר להשיג כסף דרך האינטרנט, ואפשר גם להשיג נשים דרך האינטרנט. פריצת הגבולות והגלובליזציה פתחה בפנינו עולם חדש מופלא של אפשרויות; אך גם הטילה עלינו, כאנשי חינוך אחריות רבה. ואין צורך בתואר בחינוך כדי להיות איש חינוך. כל מי שנמצא בסביבת ילדים - מורה, גננת, הורה, מבוגרים בכלל - הוא איש חינוך מבחינתי. אנחנו כאנשי חינוך, חייבים לשים כיום דגש גדול יותר על מיומנויות חיים. בעידן הזה, כשהכול מושג בלחיצת כפתור, התפקיד שלנו הוא ללמד את הילדים שבסביבתנו מיומנויות כמו תקשורת, כמו "שמור לי ואשמור לך", כמו "תן לי כתף", כמו כבוד, הערכה, לדעת להסתדר בחיים, ועוד.

כל אלה יש תפקיד חשוב בקיום החברה שלנו כיום ממש כמו פעם, אבל בגלל העומס, השפע והזמינות הנמוכה כיום של הורים לילדים שלהם - הם הולכים לאיבוד. הורים כיום עמוסים מאוד וחיים בתחרות גדולה, וגם כשהם כבר מגיעים הביתה, הפניות המנטלית שלהם היא מאוד מאוד מאתגרת.

## אין זמן

אחת הבעיות של העידן הזה היא שאין לנו זמן. אבל שעות היממה תמיד היו אותן שעות. המעטפת נשארה אותה מעטפת: תמיד היו לנו 24 שעות ביממה. מעולם לא היו לנו אלא שבעה ימים בשבוע, זה לא השתנה. הזמן הוא אותו הזמן. מה שהשתנה זה הפניות שלנו בתוך הזמן. מה שהשתנה זה כמות העומס שההורה מרגיש בתוך כל שעה ושעה במהלך היום. מה שהשתנה זה ריבוי המשימות שכל אחד מאתנו צריך לעשות בכל יום, מה שהשתנה זה התחרות הגדולה שכל הורה חווה ביחס לילדים שהולכים לחוגים, ביחס לילדים שהולכים לחוגי נוער שוחר מדע,

ביחס לציונים שקיבלו הילדים של השכנים, של החברים, של החברים של הילדים לכיתה... אלה הדברים שהשתנו באמת.

אנחנו חיים במרוץ שלא נגמר, והולכים לאיבוד בתוך הטירוף הזה. ואם במרוץ יש נקודות של עצירה והתרעננות ומישהו מגיש לנו מים ודואג שנירגע טיפה לפני שאנחנו ממשיכים הלאה, ו"מתדלק" אותנו; הרי שבחיים אין מי שיעשה את זה בשבילנו, ואנחנו צריכים לדאוג לעצמנו בעצמנו. אנחנו צריכים קודם כול להבין איך אנחנו מרגישים, ומשם לגלות איך ממשיכים הלאה.



מה עושים עם תחושת ה-"אין זמן"

### התקשורת הדיגיטלית

כילדים למדנו את מיומנויות החיים למטה בחצר. בעזרת משחק מחבואים או תופסת, בעזרת מריבות ובריתות, בהתמודדויות רגשיות בגן, בבית הספר, ובחצר - בהפסקות בין השיעורים ואחר הצהריים. כל האינטראקציות החברתיות הללו הצטמצמו מאוד, כי חלק גדול, שהולך וגדל, מהתקשורת של הילדים שלנו ושלנו כיום היא תקשורת דיגיטלית.

בתקשורת הדיגיטלית יש המון דברים נפלאים. התקשורת הדיגיטלית מתאימה מאוד לחיים שלנו היום. היא יוצרת זמינות גבוהה בכל זמן ומכל מקום. היא מאפשרת לנו להגיב על דברים שקורים בעולם וקורים לנו בקצב גבוה, "בזמן אמת". היא מתאימה לקצב המטורף שאנחנו חיים בו. היא מקלה עלינו להתנהל בעולם מבחינות רבות. אבל יש לה גם חסרונות.

האפשרות הזו - להיות בכמה מקומות בו זמנית - אומרת בה בעת שאנחנו לא נמצאים בשום מקום. הקפיצות המהירות מעניין לעניין לא מאפשרות לנו להשתוות די זמן בכל אחד מהמקומות האלה. להבין עד הסוף. לעכל את הדברים שכלית, רגשית ומנטלית.

כיצורים חברתיים אנחנו זקוקים לאנשים סביבנו כדי להרגיש משמעותיים. אנחנו זקוקים לחברה. אבל בחברה יש גם התמודדויות לא פשוטות. ההתמודדות החברתית שהייתה לילדים בעבר הייתה נגישה יותר, זמינה יותר. את המיומנויות של החיים ילדים למדו אז כך או כך. אני זוכרת שגרנו ברחוב נתיב השלבים בגבעתיים, והייתה לנו טרסה, ואני תמיד הייתי עושה מועדונית לכל הילדים של הבניין. במועדונית הזו הם היו צריכים לשלם שני שקלים ליום, ואני הייתי עושה להם הפעלות. מעין קייטנה כזאת. היינו גוזרים קרפים, ומדביקים... והיו שם המון עניינים - מריבות והשלמות וכוחות ואינטריגות ומשחקים משותפים ומשחקים אישיים... היה שם הכול. גם אני וגם הילדים האחרים - כולנו חוונו את זה. ולפעמים היינו עולים למעלה ומבקשים מההורים להציל אותנו, ותודה לאל, בבנין שלנו היו הורים חכמים ששלחו אותנו חזרה להתמודד. היינו חייבים להתמודד עם משברים חברתיים במרחב החברתי.

כיום המדיה הדיגיטלית מאפשרת לנו להתמודד אחרת. יש לאן לברוח. פעם היה פחות לאן לברוח. הייתה התכנית "רגע עם דודלי", היה "הבית של פיסטוק", אני הייתי צופה תמיד ב-14:15 ב"קשר משפחתי", היה "זהו זה" בארבע, וזהו פחות או יותר. זה היה במינון שלא מאפשר הרבה מאוד בריחות, ולא מאפשר לך להתנתק. היום יש המון הזדמנויות לברוח מהתמודדות רגשית חברתית אינטראקטיבית. בעידן שלנו קל להתמודד בדרך של בריחה. קל נורא להתנתק. קל לצאת מקבוצה בוואטסאפ, לבטל חברות בפייסבוק, להתנתק מאינסטגרם, לסגור את הטלפון. הסיכוי שיבוא חבר וידפוק בדלת - נעשה היום קטן מאוד. זה כמעט בלתי אפשרי. גם דרך ההתבטאות השתנתה. ילדים היום פחות ופחות מבינים את שפת הגוף של האנשים שעומדים מולם. קל להם יותר להבין אימוטיקונים. כשאני כותבת לילד שלי "בוא עכשיו הביתה" בהודעה בטלפון זה נראה אחרת לגמרי, מאשר כשאני קוראת לו, באותן המילים ממש, אבל בטון אוהב; אבל ילד שחווה רק את התקשורת הדיגיטלית - לא יודע את זה.

המהפכה הדיגיטלית קרתה. אי אפשר להשיב את הגלגל לאחור. ויש לה המון המון מעלות. אבל היא מחייבת אותנו ההורים להתנהג אחרת. היא מחייבת אותנו לוודא שהיא לא הפכה לחסם. היא מחייבת אותנו לבדוק שוב ושוב מינונים. לוודא שאנחנו מקבלים ממנה יותר טוב מאשר רע. יותר מעלות מחסרונות. היא מחייבת אותנו לדאוג לפיתוח מיומנויות החיים של הילדים שלנו. את החיים לומדים מתוך התנסות. אף אחד לא יכול ללמוד את החיים בלי להתנסות בהם. והיום, כשחצר המשחקים נזנחה - זו האחריות שלנו ההורים להקנות את היכולות האלה לילדים שלנו. אנחנו אלה שצריכים ללמד אותם את מיומנויות החיים. והצורך הזה הוא לא פשוט, והוא מוסיף לעומס שאנחנו מתמודדים אתו ולתחושת העייפות, ולעתים קרובות משאיר אותנו "עם הלשון בחוץ".

## עידן השפע

לפני שלושים שנה, כשאני הייתי ילדה, אני זוכרת שכשרציתי לראות טלוויזיה - הייתה לי אפשרות אחת. היה ערוץ אחד וזה היה הערוץ שכולם ראו. במשך השבוע אחר הצהריים הייתי רואה את 'מרקו' ואת 'שכונת חיים', וביום שישי אחר הצהריים - היה הסרט הערבי. לא הייתה שום התלבטות במה לצפות. זה כל מה שהיה. וזו דוגמה אחת, אבל מאוד מייצגת.

כילדים, כשכבר צרכנו מסכים - היה מסך אחד. מסך הטלוויזיה. לרוב הילדים לא היה בבית מחשב, וכשכבר היה מחשב - היו משחקים ספורים לשחק בהם, אינטרנט בכלל לא היה אז, ועל טלפון סלולרי - אף אחד עדיין לא חלם, ובטח שלא יכולנו לדמיין עד כמה יהיה כל אחד מאתנו קשור לטלפון שלו...

ולמה זה כל כך משמעותי לעניין ההורות? רוב בני האדם מושפעים מהמקום שבו גדלו ומהאופן שבו גודלו. ההורים שלנו, האחים שלנו, המשפחה המורחבת, החברים, הסביבה - לכל אלה השפעה על מי שאנחנו ועל האופן שבו אנחנו רואים את העולם ומתנהלים בו.

אבל העולם שאנחנו מתנהלים בו היום שונה לחלוטין מהעולם שבו גדלנו. הילדים היום שונים מהילדים שאנחנו היינו, ההורים שאנחנו שונים מההורים שהיו לנו,

הסיטואציות שונות, מאגר הידע שונה, האפשרויות שעומדות לרשותנו שונות, וגם הכלים והמיומנויות שאנחנו יכולים לרכוש - אחרים לחלוטין.

השפע העצום הזה שקיים היום גורם לפערים גדולים בין מה שאנחנו רוצים לחוות, בין מה שאנחנו רוצים שיהיה לנו, ובין מה שאנחנו מסוגלים להכיל. השפע הזה, שנראה כאילו הוא נמצא בהישג יד גורם לנו לרצות המון דברים: אנחנו רוצים להצליח בלימודים, ללמוד דברים חדשים, להרחיב את תחומי העניין שלנו, אנחנו רוצים רכב יוקרתי, לגור בשכונת יוקרה, שהילדים ילמדו בבתי ספר מסוימים, שתהיה לנו טלוויזיה גדולה, מטבח חדש, סלון ייחודי... וכל הדברים האלה היו גם פעם, זה נכון, וגם פעם היו חלומות ושאיופות, אבל היום יש הרבה יותר מכל זה, ולכן הפערים הולכים וגדלים, ואנחנו מרגישים שאנחנו משיגים פחות ופחות משהיינו רוצים להשיג.

לצד השפע הגדול הזה, עלה וצמח גם מושג האינסטנט. אנחנו רוצים הכול עכשיו ומיד. אנחנו רואים בטלוויזיה מכשיר חשמלי חדש? אנחנו רוצים אותו מיד. אנחנו רואים בסופר יוגורט חדש? אנחנו אפילו לא צריכים לחכות עד שנגיע הביתה כדי לטעום אותו, בסופר דואגים לחלק לנו "טעימות" מהמעדן החדש - חינם, ובעוד רגע אנחנו נמצא אותו על המדפים, ונזנח לאנחות את היוגורט החדש המצוין שקנינו לפני שבוע. וזה נכון גם לילדים, שנחשפים על בסיס שעתני למשחקי מחשב חדשים וכן הלאה.

המצב הזה שבו הכול נגיש כל כך, ואפשר לקבל את הכול כאן ועכשיו, בלי לבדוק לעומק, בלי לבדוק בכלל, כי אין זמן לבדוק, כי הכול משתנה כל כך מהר, גורמת לנו לזנוח דברים מהר, ולא לבדוק שום דבר עד הסוף. לא למצות כלום. והמשמעות של זה היא שאנחנו מאבדים את היכולת להגשים את החלומות שלנו, ואט אט מאבדים אפילו את היכולת לחלום. קשה להתמיד בחלומות בעידן שלנו, כי גם הם מושפעים מאוד מהסביבה שלנו, ומתחלפים בקצב מטורף. וזה משפיע גם על ההורות שלנו. כשהילדים נולדים אנחנו רוצים משהו בשבילם, ואז אנחנו רוצים משהו חדש, וגם הוא מתחלף מהר מאוד, ובשלב מסוים אנחנו מפסיקים לרצות. הורים למתבגרים כבר שכחו שרצו משהו בשביל הילדים שלהם אי פעם...



## מימוש עצמי

פעם היית מתחיל לעבוד במקום מסוים, מקבל קביעות, יוצא משם לפנסיה, וגמרנו. גם היום יש מקומות כאלה, אבל פחות ופחות. כי הנוסחה הזו פחות ופחות מתאימה לעידן שלנו. היום ילדים ואנשים רוצים להתפתח. התפתחות והגשמה אישית הן ערכים שנמצאים בראש סדר העדיפויות שלנו. מסלאו, שהקדים את זמנו בשנים רבות, מדבר על פירמידת הצרכים. בחוד החנית, בקצה העליון של הפירמידה, נמצאים ההגשמה העצמית ומימוש הפוטנציאל. הרבה מאוד שנים נשארנו במקום החשוב של תחושת שייכות. שאפנו להרגיש שייכות בבית, להרגיש שייכות חברתית, ולא הרשינו לעצמנו לקפוץ קדימה כחברה. והנה, הטכנולוגיה והקדמה אפשרו לנו להתקדם הלאה לעבר המימוש. ולמימוש הזה יש מעלות רבות, אולם יש לו גם מחיר.

איך יכול להיות שיש אחד שמיימש את עצמו ואחר שלא? במה הוא יותר טוב? בכל ילד ובכל אדם יש משהו שמייחד אותו. הווארד גארדנר, שדיבר על האינטליגנציות השונות שלנו, אמר שאדם לא צריך להיות חכם. הוא רק צריך לדעת במה הוא טוב, ואיפה הוא יכול להוציא לאור את הכישורים שלו. הרי כל אחד מאתנו יכול להיות נהדר בסביבה אחת, והרבה פחות מוצלח בסביבה אחרת.

ומי עוזר לילד להבין במה הוא טוב? איך אדם יודע מה החוזקות שלו? איך אדם יודע באיזה תחום כדאי לו לעסוק? איך אדם יודע מה מותר ומה אסור? איך אדם יודע מה ההשפעות של המעשים שלו? ילד שעולה על אופניים בפעם הראשונה בלי גלגלי עזר - איך הוא ידע כיצד תשפיע הרכיבה הזאת על היציבות שלו? איך הוא ידע אם להסתכל ישר על המסלול או על הפדלים? איך הוא ידע אם לא יתנסה? איך ידע אם לא יהיה שם הורה מכוון? מאפשר? שמהווה מודל? שמאזן אותו ומלמד אותו להתנהל בחיים? איך הוא ידע אם לא יהיה לו שם איש חינוך שיעזור לו להתבונן ולצפות את הסיכונים שיכולים להיות, ובעיקר - שיעזור לו ויאפשר לו לפתח בתוכו מיזמנות של שאילת שאלות, של תכנון, של התבוננות על המרחב שהוא נמצא בו מתוך העוצמות שלו והחוזקות שלו ומתוך הבנה אמתית של החולשות שלו? איך הוא יקבל החלטות בלי כל אלה? איך ילד ידע אם לא יהיה מי שיכוון אותו להתבונן גם על הסביבה שלו, ועל כל מה שנמצא בסביבתו?

אבל ההכוונה ההורית הזו - חייבת להישאר הכוונה. חייבת להשאיר לילד את המקום להתנסות בעצמו ולגלות את עצמו בעצמו. הורים, פעמים רבות, דווקא מתוך התחושה שהלכו לאיבוד, נותנים לילדים את הפתרונות ודגים בשבילם את הדגים, במקום לתת להם את החכה. הם לא נותנים להם את המצפן, את המפה, את הפנס ואת המסלול. הם לא נותנים להם לסלול את הדרך שלהם. הם סוללים בשבילם. כי נראה להם שככה נכון, כי הם רוצים להקל עליהם. כי ההורים טובעים, נחנקים, וכבר מתים מנקיפות מצפון, וכשהם פותרים לילדים שלהם את הבעיות בקלות ובמהירות - הם יכולים להירגע.



## נקודה להעשרה



איך להתמודד עם  
נקיפות מצפון בהורות

אבל ילד לא ילמד ככה את החיים. כל מה שהוא ילמד זה שתמיד יהיה מישהו שיודע יותר ממנו. תמיד יהיה מישהו שיפתור בשבילו. תמיד יהיה מישהו שצריך לגשת אליו, כי הפתרונות לא נמצאים בתוכו. ואני מאמינה שהפתרונות נמצאים בתוכנו. אני מאמינה שבכל אחד מאתנו יש הבנה. נולדנו עם המתנה הזו. אני מאמינה שהגענו לעולם הזה עם יכולות ומיומנויות, וכל מה שאנחנו זקוקים לו זה הקרקע הנכונה כדי לפתח אותם ולממש את מי שאנחנו. לגעת בייעוד שלנו. אני באמת חושבת, בדיוק כמו גארדנר, שכל אחד טוב במשהו אחד לפחות. טוב במיוחד. ולנו, כאנשי חינוך, כהורים של הילדים שלנו, יש אחריות גדולה מאוד לאפשר לילדים שלנו לגלות את המתנה שלהם.

הבעיה היא שהרבה מאוד הורים לא חיים בתחושה הזאת בעצמם. ואיך אפשר לתת לילדים שלנו את הגילוי הזה, אם לא נצליח לעשות את זה קודם כול כלפי עצמנו? ואני דווקא אומרת שהרבה פעמים הורים יעשו יותר בשביל הילדים שלהם ופחות בשביל עצמם. אז נכון שהמודל הבריא הוא שתעשה בשביל עצמך ותהיה

מודל בשביל הילדים שלך, ואז הם יראו אותך ויעשו עבור עצמם, ואתה תהיה שם כדי לכוון אותם.

אבל מה קורה אם ההורים לא מממשים את עצמם ולא מגשימים את עצמם ולא מרגישים במקום החיובי שלהם; המימוש העצמי של הילדים שלהם אבוד מראש? נועד מראש לחוסר הגשמה? לא! אם אותם הורים שקוראים את הספרים האלה ולומדים את התפיסה הזאת יגידו: "ואללה, אני לא הגשמתי את עצמי, אבל הנה, יש פה מתכון, יש פה דרך, יש פה שביל שיעזור לי לעזור לילדים שלי כן לממש את עצמם, ולתת להם כלים ומיומנויות לחיים טובים יותר, ומתוך זה להיות מאושרים, כי הם יגדלו להיות אנשים מאושרים. ומתוך זה גם אני יכול להרוויח? אדרבה!"

כי זה מה שקורה. בסופו של דבר כשאתה עובד עם החומר הזה, אתה נדבק בו. אז ההורים שרוצים את הדבר הזה עבור הילדים שלהם ואין להם את הכלים ואין להם את הדרך ואין להם את התחושה למעט פספוס את עצמם - יוכלו להרוויח פה כפול: גם עבור הילדים שלהם, וגם עבור עצמם.

הספר הזה נכתב מתוך גישה שמאפשרת לכל הורה למצוא את הדרך האינדיבידואלית שלו. אף אחד לא יכול להגיד איפה הוא יפגוש את עצמו בסוף הספר, לאחר כל התבוננות והשאלות והתהליך. כי זה ספר לחיים, זה ספר על החיים, זה ספר עבודה, זה ספר עבודה על ההורות שלנו, זה ספר עבודה על עצמנו.

## ההורים של היום, הילדים של היום

העולם שאנחנו, ההורים, חיים בו היום, שונה מהותית מהעולם שבו חיו ההורים שלנו, בהיבטים רבים. וההיבטים הללו קשורים זה בזה ומשפיעים זה על זה.

השוני הזה, והפערים בין האופן שבו אנחנו גדלנו והאופן שבו גדלים ילדינו, בין ההורות של פעם, זו שאנחנו חוונו כילדים, ובין ההורות של היום - זו שאנחנו חווים כהורים, הוא הגורם המרכזי לקשיים שאנחנו מתמודדים אתם כיום.

כיצד זה מתבטא?

## גידול ילדים - אז והיום

### נקודה לתרגול



נסה להיזכר בילדותך. אילו הבדלים אתה מוצא בין הילדים שלך לילד שאתה היית?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

בעבר, הלא כל-כך רחוק, ילדים היו כוח עבודה. הם נולדו מתוך הבנה שיום אחד הם יגדלו מספיק כדי לעזור בפרנסת המשפחה; ואכן, ברגע שהיו מסוגלים לכך מבחינה פיזית, הם היו יוצאים עם המשפחה לשדה ועובדים בחקלאות. ההתייחסות אליהם הייתה כאל "איש קטן", ולא כאל ישות אחרת שדורשת התייחסות שונה. החינוך באותן שנים היה נוקשה, תקיף, ואפילו תוקפני. עונשים ומכות היו דבר שכיח.

בתנועה הקיבוצית בארץ, במשך שנים רבות, ילדים הופרדו מהוריהם ממש עם הלידה. נשים היו אז כוח עבודה חשוב ממש כמו הגברים, והתינוקות, שהפריעו להן לעבוד, נאספו כולם יחד והופקדו בידי המטפלת, כדי ששני ההורים שלהם יוכלו להמשיך לבנות את הארץ ולפתח אותה. והיה מאוד ברור שככה זה, ולא הייתה כאן שום התלבטות אם להיפרד מהילד, שעדיין היה תינוק רך, או לא, ואם הייתה

התלבטות - הרי שזו הייתה הנורמה, וכך עשו כולם; ומי שחי בסביבה קטנה וסגורה - לא יכול לפעול אחרת, ואם כן - לא יזכה לעידוד ותמיכה, אלא לגידופים ולגינויים.

בשנות השבעים חל מהפך, וגם ההורות עברה שינוי. באותן שנים נוצרת תפיסה חדשה שרואה את המהלך כולו, את אותו ילד שגדל והופך למבוגר, שהילדות שלו אינה מתפוגגת ונעלמת, אלא נותרת עמו ומפעילה אותו. הבינו אז שמבוגר הוא סך כל חוויות ילדותו, ואדלר הסביר כי אם המבוגר הוא סך כל חוויות ילדותו, וחוויות הילדות מושפעות מכל מה שקורה לו במהלך חייו, ומכל האינטראקציות שהיו בינו ובין הוריו וסביבתו והגישה כלפיו - הרי שהדבר הנכון לעשות הוא לשים את הילד במרכז, ולתת כבוד ויחס לתחושות שלו, לרגשות שלו, לרצונות שלו, למאוויים שלו, לחלומות שלו, וכן הלאה.

יש כאן מעבר דרמטי ביותר מישות שמתייחסים אליה ככוח עזר, כפונקציה, כמשהו שנמצא "על הדרך" - להפך המוחלט! לישות שיש לה רגשות, תחושות, מחשבות; שתגדל יום אחד וכל מה שקורה לה היום ישפיע על חייה; ליצור חי שחייבים להתייחס אליו! ופתאום הילד הופך להיות הכול. מרכז העולם. הרגשות שלו, המחשבות שלו, התחושות שלו - חייבים כולם לקבל ביטוי. העולם כולו נסוב סביב הילד וזכויות הילד והפסיכולוגיה של התפתחות הילד, וכל התחומים האלו מקבלים דגש ותשומת לב ותקציבים, כי חשוב מאוד מאוד להבין את נפש הילד ואת מאווייו, כי כל אלו ישפיעו על המבוגר שהוא יהיה. וזה מתחיל להיות קצת מבלבל...

כיום, בשנות האלפיים, של המאה ה-21, הגישה של שימת הילד במרכז עדיין לא חלפה מן העולם, אבל לצדה יש התעוררות, הורות חדשה, הורים שאומרים: "אוקיי, אני רוצה לשים את הילד שלי במרכז, אני מכבד אותו ואני מבין שיש חשיבות רבה למחשבות שלו, לרצונות שלו ולחלומות שלו. אבל גם לי יש מחשבות, רצונות וחלומות. מה אתי?"

## נקודה לתרגול



מה זה בשבילך להיות הורה מאושר?

---

---

---

---

---

---

---

---

### הורים לא מאושרים

הורות היום מאופיינת בהרבה רצונות, חלומות ושאיפות, ומעט מאוד אושר. מעט מאוד סיפוק. למה זה קורה?

מה המשמעות של חוסר היכולת להיות הורה מאושר? מהו אושר, ולמה קשה כל כך להגיע אליו?

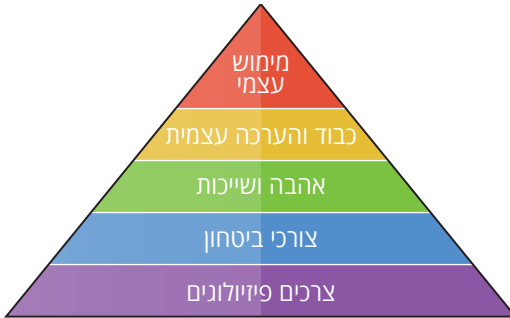
בתרבות ההינדית אושר משמעותו חופש. חופש ממחשבות. העידן שאנחנו חיים בו הוא עידן של שפע אדיר, אבל לצד השפע הזה, קיימת גם השפעה גדולה שלנו על הסביבה ושל הסביבה עלינו. זהו עידן תחרותי מאוד, קשה מאוד למצוא בו חופש, בעיקר מהמחשבות. והורים רבים מרגישים מאוד לא מאושרים. לא חופשיים. הורים רבים מרגישים שהם הולכים לאיבוד, לא מממשים את הפוטנציאל ההורי שלהם, לא מצליחים להיות ההורים שהם רצו להיות או ההורים שהם חשבו שיהיו. הם מרגישים שהם יכולים יותר. יכולים להיות קשובים יותר, טובים יותר, מסורים יותר, והם פשוט לא מצליחים לממש את הפוטנציאל שלהם.

אחד הדברים שתמיד מדהימים אותי זה כמה אנרגיה והתרגשות יש לנו כהורים מההיריון, מה"לפני" מהציפייה, מהדקות שאחרי הלידה; וכמה זה משתנה כשהילדים שלנו גדלים. לכאורה זה נורא נורא מוזר, כי אותן נשמות קטנות, אותם תינוקות - רק גדלו ונהיו חכמים יותר ומצחיקים יותר ויכולים יותר ומסוגלים יותר, ויש בהם הרבה מאתנו; אז איך זה שככל שהם גדלים - השמחה קטנה, הכיף קטן, ומה שגדל זה דווקא התסכול מהם? איך ייתכן שאותם ילדים שכבר הולכים לבד ואוכלים לבד ומדברים וצוחקים ומתפתחים רק מעצימים בנו את הקושי? מה גורם למשוואה ההפוכה הזו? למה הלידה היא רגע השיא וככל שהילד גדל - האושר הולך וקטן?

זה קורה כי ככל שאנחנו גדלים יש לנו יותר התמודדויות, וזה נכון לנו ונכון לילדים שלנו, וזה קורה גם כי יש לנו פחות כלים כהורים, וזה קורה בגלל חוסר הבנה וחוסר הכנה. אנחנו משקיעים עשרות אלפי שקלים בעגלות ובתיקים ובמיטה, ובסופו של דבר בחלק המשמעותי ביותר - בגידול, במיומנויות, בכישורי ההורות, בכישורי החיים - אנחנו משקיעים את המינימום. כי כבר התעייפנו, כי נשארנו בלי משאבים, כי זה גדול עלינו, כי לא הבנו שלהיות הורה זה לא רק ללדת אותם ולתת להם לאכול ולרוחץ אותם. האוכל, השינה, ההיגיינה, לשלוח את הילדים לבית הספר ולקנות להם ספרים ומשחקים. זה חשוב, זה קריטי, אלה צרכים בסיסיים. אבל זה לא מספיק.

על פי מאסלו, אנחנו זקוקים לשתייה, לאוכל ולצרכים הישרדותיים אחרים. לאחר שאלה מתמלאים - אנחנו זקוקים לביטחון. אנחנו חייבים להרגיש בטוחים ולא מאוימים. לאחר מכן - אנחנו צריכים תחושת שייכות. אנחנו צריכים להרגיש אוהבים ואהובים, לאחר מכן אנחנו זקוקים לשייכות חברתית, ולמימוש הפוטנציאל ולהגשמה.

כהורים אנחנו יודעים להעניק לילדים שלנו את הצרכים ההישרדותיים שלהם, שייכות ואהבה, אבל לשלב המימוש העצמי אנחנו מגיעים לא מוכנים. אנחנו לא יודעים כיצד לדאוג למימוש העצמי של הילדים שלנו, ופעמים רבות גם לא למימוש העצמי שלנו. וחוסר המימוש העצמי בעידן שלנו, לצד הבעיות החברתיות שנוצרות בגלל המעבר לתקשורת הדיגיטלית - פוגעים פגיעה קשה באושר של הילדים שלנו ובאושר שלנו כהורים. והסיבה לכך היא שאנחנו לא לומדים את זה. אנחנו לא מגיעים מוכנים.



## נקודה לציון



פירמידת הצרכים של מאסלו

כשאנחנו רוצים לרכוש מקצוע - אנחנו לומדים. כשאנחנו מתחילים עבודה חדשה - אנחנו עוברים תקופת הכשרה. אנחנו קוראים מחקרים, מקבלים כלים, מתנסים ולומדים. וכך צריך להיות גם בהורות - המקצוע של החיים. אבל רוב ההורים לא לומדים את ההורות שלהם. רוב ההורים לא לומדים להיות אמנים בהורות שלהם.

ללמוד הורות זה ללמוד קודם כול את עצמי. עוד לפני שאני לומדת מי הילדים שלי. מי אני כהורה? מה הרצונות שלי? מה החלומות שלי? מה הפנטזיות שלי לגבי הילדים שלי? כהורים יש לנו הרבה מאוד חלומות שקשורים לילדים שלנו, עוד לפני שהילדים שלנו מגיעים לאוויר העולם: מי הוא יהיה? איך הוא יהיה? מה הוא יעשה כשיגדל? ואז מגיעה המציאות. והמציאות תמיד שונה מהדמיון ומהפנטזיה. לאו דווקא פחות טובה. אבל שונה. ושם מתחילה ההבנה שיש מציאות. שם מתחילה ההבנה האמתית של מי אני - איך אני מגיבה כשהילד שלי בוכה? איך אני מגיבה כשהילדה שלי מסרבת להקשיב לי? איך אני מגיבה כשהילדה שלי מקנאה? מה אני עושה כשהילד שלי מכה ילד אחר? מה אני עושה כשילד אחר מכה את הילד שלי? מה אני מרגישה בתוכי כשקורה כל אחד מהמקרים האלו?

וגם כאן, כמו בכל דבר בחיים, יש את הגלוי ויש את הסמוי. יש את ההתנהגות שכולם רואים כלפי חוץ; ויש את הסמוי שלי: מאיפה אני פועלת? כשהילד שלי עמד בפתח הגן והגנת שלו שאלה אותי אם הוא יודע לכתוב את השם שלו, זאת שאלה פשוטה לכאורה. יודע - כן או לא. עניתי לא. בפשטות. אבל הסמוי שלי כבר התחיל לגעוש ולרעוש והביא אותי לכתובת הספר הזה. זה החזיר אותי מיד



למקומות שלי. אני מספיק טובה? לא מספיק טובה? אותה תחושה שלי, אותה חוויה שלי כילדה בתוך מערכת החינוך. וזה הסמוי. כל אחד מאתנו, בכל סיטואציה, פוגש את הקולות הפנימיים שלו. את מה שאימא שלו אמרה לו ומה שאבא שלו אמר לו ומה שהמורה שלו אמר לו ואת עצמו. אנחנו תמיד פוגשים את עצמנו. לרוב לא עוצרים להתבונן על זה. וזו הבעיה. זה ההבדל בין הורות מודעת ובין הורות לא מספקת. הספר הזה ייקח אותנו להתבונן על עצמנו כהורים, ועל הילדים שלנו. בין השאר נלמד איך לאתר את הסמוי, ולהבין מה מפעיל אותנו.

אחת השאלות שאני נשאלת כמעט באופן קבוע על ידי כל הורה שנכנס לקליניקה היא: ההורים שלנו לא עשו סדנאות הורות והם הסתדרו. יצאנו בסדר. בשביל מה צריך את כל ההדרכות הורים האלה?

הסבים והסבתות שלנו וההורים שלנו לא עשו סדנאות הורות. אמת. אבל אם ניקח מאה איש בגילאים שלנו ונשאל: אתם מרגישים שאתם מממשים את עצמכם? שאתם מגשימים את עצמכם? שאתם מאושרים? שאתם חיים מתוך תחושת משמעות והנאה? שאתם מממשים את הפוטנציאל? סביר מאוד שנגלה שלפחות 50% מהם לא מרגישים מאושרים, משמעותיים ומסופקים, ואינם מגשימים את עצמם. אז כשאנשים אומרים לי: "ההורים שלי לא עשו שום סדנה ואני בסדר", אני שואלת: "האם בשנת 2017 - במאה ה-21, מאה של יזמות, של מימוש, של יצירתיות - 'בסדר' זה מספיק?" בעיניי לא מספיק להיות "בסדר". אני רוצה להיות הכי טובה שאני יכולה להיות בשביל עצמי, ובשביל הסביבה שלי. לפני 30-40 שנה - להיות "בסדר" הספיק. אף אחד לא רצה יותר מ"בסדר". החלק של מימוש הפוטנציאל של מאסלו - לא היה שכיח. היום "בסדר" זה לא מספיק. להיות "בסדר" זה להישאר ברמות הנמוכות של הישרדות, להרגיש בטוח, ובמקסימום - להרגיש שייך. להרגיש שמישהו אוהב אותך ואתה אוהב מישהו. וזה יופי, אבל זה לא מספיק. אנחנו רוצים יותר מזה. לא באנו לפה בשביל זה. באנו לפה כדי להגשים את עצמנו. באנו לפה ל-One time show.

פעם, באחת מתכניות הרדיו שלי, ברדיו מהות החיים, שמעתי ריאיון עם אדם דתי שאמר שלא לחיות בייעוד שלך - זה חוסר צניעות. זו לא התנשאות לחיות בייעוד שלך. זו צניעות. כל אדם הגיע לכאן עם יכולות ומיומנויות וכישורים - וזו מתנה! זה יהלום שנמצא בתוכו. וזה חוסר צניעות להרשות לעצמנו לא לעשות את המימוש

הזה. קיבלנו את החיים במתנה, יש לנו ייעוד, ולא להגשים אותו זו מעין יריקה לבאר שאנחנו שותים ממנה. חיים מתוך צניעות הם חיים מתוך הלימה, מתוך חוסר ההתנשאות, מתוך קבלת הייעוד שלנו. איך ייתכן שנרשה לעצמנו לקבל את מתנת החיים ולא לממש את מה שבאנו לעשות פה?

לכך מצטרפת העובדה שאנחנו חיים בעידן שונה מזה של ההורים שלנו. העידן שלנו תחרותי יותר, דיגיטלי, הזמינות של כל דבר גבוהה בהרבה, כוח, סמכות ומשמעות כבר אינם טמונים בגיל או בניסיון בהכרח. שום דבר אינו עומד בפני עצמו והכול מושפע מהכול.

ובנוסף לכל אלה - גם האינטואיציה של רובנו כבר לא משומנת. רובנו נמצאים באיבוד עצמי כל כך עמוק, אנחנו כל כך לא מחוברים לעצמנו, לייעוד שלנו, להגשמה שלנו, לעוצמה שלנו, למי שאנחנו, לאני מאמין שלנו - שאנחנו הולכים לאיבוד. אנחנו נמצאים בהסחת דעת אין סופית שנובעת מעידן השפע, מנקיפות המצפון שלנו, מהתחרותיות שסביבנו, מחוסר ההגשמה שלנו. אנחנו קמים בבוקר היישר לתוך מרוץ: להעיר את הילדים, להכין כריכים, עצבים, צפצופים, ברדיו טוחנים לנו חדשות כל שעה עגולה, שלא נפסיד שום פיגוע ושום פריצה ושום דבר... אנחנו חיים באינטנסיביות עצומה שמסיחה אותנו ומרחיקה אותנו. למי יש זמן ופניות ולגיטימציה ורצון לשבת ולהקשיב לעצמו?

ואנחנו חייבים ללמוד מחדש איך להתחבר לאינטואיציה הזאת. לא חייבים לעצור את החיים ולהיכנס לוויפאסאנה, זה נחמד, אבל זה לא העניין. האינטואיציה שלנו והקול הפנימי שלנו קיימים כל הזמן. תחושת הבטן קיימת כל הזמן. אבל יש כל כך הרבה רעשים מסביב, שאנחנו לא מאפשרים לעצמנו להקשיב להם. ואז מה שקורה זה שאנחנו מבלבלים את הילדים שלנו, כי פעם אנחנו מקשיבים לתחושת בטן, פעם אנחנו מקשיבים לרעש באונה הימנית, אחר כך לרעש באונה השמאלית, אחר כך לרעש של השכנה שמטרטר אצלנו בראש, אחר כך לרעש של הבוס, והרבה לרעש של "מה יגידו?", ושל "מה יקרה אם הבן של השכן יצליח יותר מהבן שלי?", ו"אולי הילד של השכנים מקבל תנאים טובים מאלה שמקבל הילד שלי?", ו"למה למישהו אחר יש יותר ממה שיש לי?" ו"למה מישהו אחר מתקדם בעבודה יותר ממני?"... ואנחנו נורא מבלבלים את הילדים!

הורות היום דורשת מאתנו משהו אחר! הורות היום דורשת מאתנו לעצור, להתבונן ולשאול את עצמנו קודם כול כאנשים וכהורים - מה אנחנו רוצים? לאן אנחנו רוצים להגיע? מה אנחנו רוצים בשביל הילדים שלנו? מה אנחנו מממש לא רוצים בשביל הילדים שלנו? איך אנחנו מגיעים למטרות שלנו בצורה הנכונה ביותר לבית שלנו? ולאורך התהליך הזה, של שאילת שאלות, חשוב שנדע לאתר את התשובות שחוסמות אותנו. את המקומות שבהם אנחנו אומרים לעצמנו שאי אפשר, שאנחנו לא יכולים, שמהו מונע מאתנו. ואז חשוב שנדע לשאול את עצמנו: האומנם?

### **ילדים שהולכים לאיבוד**

כבני אנוש התברכנו בכישורים רבים. העידן שלנו, על השפע שבו - מאפשר לנו לחשוף את הכישורים האלה ומזמין אותנו לפתח מיומנויות רבות. המיומנויות הללו רבות כל כך, וכך גם הכישורים שהתברכנו בהם, שרבים הולכים לאיבוד.

כדי שאדם יגשים את עצמו הוא קודם כול צריך לדעת מה הגבולות שלו. מי הוא ומהו. הוא צריך לדעת להתמודד עם קשיים. הוא צריך להיות מסוגל להתמודד עם הצלחות, הוא צריך לדעת במה הוא טוב. הוא צריך לדעת במה הוא פחות טוב. אדם כזה צריך לדעת על עצמו הרבה מאוד דברים: מיומנויות, כישורים, יכולות, ובגיל צעיר הוא זקוק גם ליד מכוונת שתעזור לו לגלות את עצמו. העובדה שאנחנו רואים פעמים רבות ילדים שהולכים לאיבוד, נובעת מכך שאין שם את היד המכוונת הזו, שתדע להגיד 'לא', שתדע להגיד גם מה כן, ובמה אתה טוב.

איך ילד היום ידע במה הוא טוב? בגינה הציבורית אני רואה תמיד את מתקני העכבישים הגבוהים שעשויים מחבלים שמזמינים ילדים לטפס עליהם, וכל כך הרבה פעמים אני שומעת אימהות אומרות לילדים שלהם: "אל תטפסי! זה מסוכן! את תיפלי! תיזהרי! תשימי לב! את לא יציבה!..." ופעם אחר פעם אני נזכרת במורה שלי בכיתה ד. שבמקום להעצים אותי הראתה לי מה אני לא יכולה. בלמה אותי. לא נתנה לי הזדמנות. לילדים יש אינטליגנציה ספורטיבית גבוהה, והם יכולים לגלות בעצמם מה מתאים להם. אבל ילד שיוצא לגינה שלוש פעמים בשבוע ושומע כל הזמן "אל, אל אל..." בסופו של דבר יבין שזה מסוכן בשבילו, יפחד, ויפסיק לנסות. וזו רק דוגמה. זה נכון לכל תחום.

## נקודה לתרגול



לאורך השבוע הקרוב, התכוננו, שימו לב וערכו רשימה של דברים שאתם לא מאפשרים לילדים שלכם לעשות. מה הם רוצים ואתם לא מאפשרים? מה אתם לא מאפשרים והם אפילו לא רוצים?

---

---

---

---

---

אז יש דברים שלא נעשה. אני לא אומרת לתת לילד לקפוץ מקומה שלישיית ולגלות לבד מה יקרה; אבל ככלל ילדים צריכים לחוות ולהתנסות, והורים רבים מצמצמים את הילדים שלהם בגלל העומס ובגלל הפחד ובגלל היעדר כלים ובגלל היעדר סבלנות וזמן, ובעיקר בגלל היעדר מודעות.

זה נכון גם לסיטואציות שהילדים חווים כשאנחנו לא בסביבה, ולאחר מכן משתפים אותנו בהן. למשל, ילדה חוזרת מבית הספר ומספרת שרבה עם אחת החברות שלה. האימהות מכירות ביניהן. אימהות לא מעטות יתקשרו זו לזו ויסדרו לילדות את העניינים, הדבר הנכון לעשות במקרה כזה הוא ללמד את הילדה כלים, להחזיר אותה לתוך עצמה, להחזיר אותה לחברה שלה, ולאפשר לה להתמודד מולה. ללא התערבות של הורים.

וככה בדיוק ילדים הולכים לאיבוד. כשאנחנו פותרים להם את הבעיות, מסדרים להם את החיים - אנחנו גורמים להם ללכת לאיבוד. אנחנו מונעים מהם ללמוד את עצמם. אנחנו מונעים מהם מיומנויות וכלים. אנחנו מפריעים להם ללמוד להתמודד עם החיים. אנחנו מונעים מהם להכיר את מי שהם. את מי שהם נועדו להיות בעולם הזה.



כתבו לפניכם את סדר היום של הילד שלכם, ושלו בו הזדמנויות לצמיחה. מה תגידו לילד שלכם בהזדמנויות האלו?

שעה	פעילות	הזדמנות
7:00-8:00		
8:00-9:00		
9:00-10:00		
10:00-11:00		
11:00-12:00		
12:00-13:00		
13:00-14:00		
14:00-15:00		
15:00-16:00		
16:00-17:00		
17:00-18:00		
18:00-19:00		
19:00-20:00		
20:00-21:00		
21:00-22:00		

## להגביר את הטוב

הגיע לקליניקה שלי זוג הורים ליואב, ילד בחטיבת הביניים שלא מוכן ללמוד. הם סיפרו שיואב עושה טובה שהוא הולך לבית הספר, שהציונים גרועים, והייתה שם התעסקות אין-סופית ב"מה הוא לא". שאלתי אותם: "מה יואב כן אוהב בבית הספר?" התשובה הייתה: "כלום כלום כלום".

הטיפול נמשך זמן מה, ובשלב מסוים שמנו לב שבימים שני וחמישי יואב קם לבית הספר בשמחה. ביקשתי מהאימא לברר מה יש בבית הספר בימים האלה. התברר שבימי שני וחמישי יש בבית הספר "הפסקה פעילה". ובהפסקה הפעילה הזו יואב הוא איש ההגברה. הוא עוזר לאב הבית. ובימים האלה הילד בשמים. למה? כי הוא כנראה לא אוהב ללמוד, קשה לו בלימודים, הוא לא מוצא בהם טעם או משמעות... זה לא משנה. זה בכלל לא העניין. העניין הוא שיש משהו שגורם לו להרגיש משמעות. כשהוא עוסק בהגברה ועוזר לאב הבית הוא מרגיש משמעות. הוא מרגיש שהוא תורם. וזה כנראה גם תחום שמאוד מעניין אותו.

ביקשתי מההורים לרדת לשורש העניין, לברר מה בדיוק יואב מרגיש לגבי כל העניין, והאימא חזרה אליי במפגש הבא ואמרה לי: "את לא מאמינה, הוא מת על זה!"

עכשיו הבנו מה יואב אוהב. בשביל מה הוא מוכן לצאת מגדרו, לעשות את ה-extra mile. אנשים או נשים שמאוד אוהבים כדורסל או כדורגל או ריקוד, או כל תחום אחר, מוכנים להגיע לאימונים כבר בשש בבוקר לעבוד קשה, להתמיד ולהשקיע, ולעשות הכול כדי להצליח בתחום שהם אוהבים. אותם אנשים ממש, כשמדובר במשהו שלא מעניין אותם - לא ינקפו אצבע. החריצות כולה תיעלם כלא הייתה. כי הם לא מוצאים בכך משמעות ולא מוצאים בכך הנאה.

כך בדיוק היה אצל יואב. וכשהבנו שכאיש הגברה בהפסקה הפעילה יואב מרגיש חשוב, ששם הוא מרגיש שרואים אותו, שם הוא מרגיש שהוא משפיע, החלטנו לקחת את המיומנות הזאת, את האינטליגנציה הטכנית הזאת, ולאפשר לו לממש אותה בדברים נוספים ביום יום. חיים מתוך משמעות הם חיים שיש בהם אושר. ההפסקה הפעילה מעניקה ליואב משמעות, וגורמת לו אושר. מתוך האושר הזה הוא יכול לצמוח.

פרק ד: לאן נעלם השביל?

אז חשבנו איך הוא יעביר שיעור בכיתה שלו בנושא סאונד, וחשבנו איך הוא יתנדב בבתי אבות בכל מה שקשור בתחום הגברה. דאגנו לייצר לו עוד ועוד הזדמנויות לעסוק במה שהוא כל כך אוהב, והילד התחיל לפרוח. הציונים שלו השתפרו גם בתחומים שאין להם שום קשר להגברה ולסאונד, כי הוא הרגיש משמעותי, הוא הרגיש תחושת מסוגלות גבוהה.

אני קוראת לזה "לפנצט". לחפש בפניצטה את הדברים שהילד טוב בהם, את הדברים שהוא אוהב. ואז להתמקד בהם ולהגדיל אותם, וזה יגדיל את כל שאר התחומים, גם את אלה שהוא לכאורה פחות טוב בהם ופחות אוהב.

## נקודה לתרגול



1. חשבו: מה גורם שמחה לילדים שלכם? על אילו פעילויות הם לא מוכנים לוותר? מה מדליק להם ברק בעיניים?  
הקדישו לתרגיל הזה מחשבה, וכתבו כל דבר שעולה בראשכם.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**2.** בימים הבאים שימו לב לדברים שכתבתם - האם זה עדיין נכון? אולי יש דברים חדשים שגורמים שמחה לילדים שלכם?  
הכינו רשימה גם לכן הזוג או בת הזוג.

---

---

---

---

---

---

---

**3.** בחרו מתוך כל רשימה תחום אחד שבו אתם מתכוונים להעצים כל אחד מהילדים שלכם, ואת בן הזוג או בת הזוג.  
הקדישו לתרגיל הזה את מלוא תשומת הלב. זה יכול בהחלט להיות הדבר האחד שישנה את חיי הילד שלכם...



פרק ד: לאן נעלם השביל?

שם הילד	שם הילד	שם הילד	
			מה גורם לילד שלי שמחה?
			התחום בו הוא טוב במיוחד
			איך אני כהורה יכול להעצים אותו?

שם הילד	שם הילד	שם הילד	
			מה גורם לילד שלי שמחה?
			התחום בו הוא טוב במיוחד
			איך אני כהורה יכול להעצים אותו?

## נקודה להבנה



### פלאן פאמאאל

אריאל הוא הבן המרכזי שלי, הוא מרכיב פאזלים מגיל אפס, והרבה מאוד. פאזלים מורכבים שאתגרו אותי לא פעם. ויום אחד הגננת של אריאל מתקשרת אליי ומספרת שאריאל כבר לא עולה ל"פעמון המחמאות". היא הסבירה שבבוקר הילדים צריכים לבנות כל מיני דגמים לפי מודלים מסוימים, ואריאל לא מוכן לסיים שום דגם.

שאלתי: "באמת? מה קרה? מה השתנה?" והגננת סיפרה שבתחילת השנה הוא היה בונה המון דגמים, ולאחרונה הוא הפסיק, ולכן הוא כבר לא עולה לפעמון המחמאות. שאלתי מה זה פעמון המחמאות, והיא הסבירה שפעמון המחמאות זה דרך לפרגן לילד על הישגים, למשל על סיום דגם.

אמרתי: "רגע, את רוצה להגיד לי שבגלל שהוא לא מסיים דגם הוא כבר לא עולה לפעמון המחמאות?" והיא ענתה לי: "לא. אני ממש מחפשת סיבות להעלות אותו לפעמון המחמאות, ואני לא מוצאת." הייתי המומה. גם כי אני מכירה את הבן שלי ויודעת שיש על מה לפרגן לו, וגם כי אני מאמינה שיש על מה לפרגן לכל ילד.

אמרתי: "את רוצה להגיד לי שיום שלם עובר ואת לא מוצאת סיבות להעלות את הבן שלי לפעמון המחמאות? איך זה יכול להיות?" איך יכול להיות שיש ילד בעולם הזה שעוברות כמה שעות ולא מוצאים שום דבר להחמיא לו עליו??

ואז שאלתי: "כמה זמן הוא יושב על הדגם? דקה? שעה?" והגננת אמרה: "חמש דקות. לפעמים פחות." "והוא לא מסיים, נכון?" אמרתי "נכון." היא ענתה.

"מצוין", אמרתי לה, "תשמעי מה אני מציעה שתעשי: מחר כשהוא יושב על הדגם חמש דקות - תעשי מזה מסיבה. תעלי אותו לפעמון המחמאות על חמש דקות."

"מה?" היא אמרה, "אבל מחמאות על הדגם מקבל רק מי שמסיים!"

"אבל הוא עשה חמש דקות יותר מכלום, נכון?" אמרתי לה, "ולפעמים הוא עושה אפילו פחות, אז תעלי אותו. על כמה שהוא עושה - תעלי אותו לפעמון המחמאות."

ומכיוון שהגננת מכבדת אותי ומעריכה אותי מבחינה מקצועית, היא אמרה: "אוקי."

כעבור שבוע היא מתקשרת ואומרת לי: "זה לא להאמין, את יודעת שהוא כבר מסיים דגמים."

"את מבינה שזו לא שאלה של יכולת, נכון?" אמרתי.

שתינו הבנו שאין לזה שום קשר ליכולת שלו. זה קשור למה שאנחנו בוחרים להתמקד בו. ואם אני בוחרת להתמקד בלהגיד לילד שלי "אתה עוד פעם לא מסיים דגם, תסיים דגם, אתה עוד פעם לא הולך לבית הספר, אתה עוד פעם לא מתעורר..." זה מה שיגדל. ואם אני בוחרת להתמקד במה שהילד שלי עושה טוב ולהגדיל את זה ולהגדיל את זה, זה יגייס אותו לעשות יותר ויותר טוב, ואין אדם שזה לא עובד עליו, גם אצלנו המבוגרים. גם אנחנו כאלה.

אם רק יתלוננו בפנינו ויגידו לנו כמה אנחנו לא בסדר, אם נגיד לבן הזוג שלנו כמה הוא לא בסדר, כמה הוא לא עושה - זה רק מוריד את המוטיבציה ואת החשק להמשיך לעשות. וכשאומרים לך "וואו, איזה יופי עשית, תודה רבה על ההשקעה," ומתייחסים ומגדילים את הדבר הזה גם אם הוא קטן, גם אם צריך למצוא אותו בפניצטה - הוא גדל ומשפיע על כל השאר.

לדים מוכשרים הולכים לאיבוד כי לא תמיד יש שם מי שיעצור וימקד אותם במה שהם טובים, שיגדיל את זה, שייתן להם כלים להתמודד עם סיטואציות מסוימות. שלא יפתור להם את הדברים, אלא יכוון אותם.

## נקודה למחשבה



כאן המקום לכתוב תובנות העולות תוך כדי קריאה

---

---

---

---

---

## נקודה לציון

גידול ילדים תמיד היה אתגר, ונדמה שעם השנים הוא רק הולך וגדל. העידן שלנו מאופיין בהתפתחות עצומה מכל בחינה שהיא:

- ♥ רמת החיים עלתה מאוד
- ♥ הידע עבר מ"זקני השבט" למאגרי המידע הזמינים כלחיצה על כפתור המקלדת
- ♥ ערכים חברתיים שהיו ברוזים מאליהם בעבר - נדמה כי פינו את הבמה לטובת ערכים אינדיווידואליים מהם
- ♥ ריבוי המשימות מותיר לנו פחות ופחות זמן
- ♥ התקשורת הדיגיטלית משנה את האופן שבו אנחנו מתמודדים עם קונפליקטים חברתיים
- ♥ השפע הגדול מהכול מבלבל אותנו, גורם לנו לקפוץ מעניין לעניין, לא למצות שום דבר ולא להגשים שום דבר
- ♥ אנחנו שואפים למימוש עצמי
- ♥ העולם שאנחנו חיים בו שונה מזה שגדלנו בו, בכל היבט. הפערים הגדולים הללו גורמים לקשיים רבים.
- ♥ ילדים עברו מהשוליים למרכז
- ♥ אנשים שואפים להגשים חלומות
- ♥ ככל שהתינוק גדל - האושר קטן
- ♥ אנחנו לא יודעים איך לעזור לילדים שלנו לממש את עצמם
- ♥ העולם תחרותי מאוד! אנחנו רוצים הכול!
- ♥ אנחנו לא יודעים כיצד לכוון את הילדים שלנו ומבלבלים אותם
- ♥ אנחנו רוצים לעזור לילדים שלנו, ומונעים מהם את היכולת לעזור לעצמם

ובתוך כל אלה, אנחנו חווים תחושה כללית של חוסר הנאה מהיום-יום, חוסר הספק, נקיפות מצפון, וקושי ליהנות מן ההורות.