

תוכן עניינים

חלק ראשון - מאפייני החינוך ההורי

- פרק 1 - שהחינוך לא יהרוס את ההורות 11
- פרק 2 - היו 'ראש'! 15

חלק שני - שלבי ההתפתחות

- פרק 3 - שלב א: לכבד את הטבע הבסיסי 24
- פרק 4 - שלב ב: למלא את החוסר באהבה 28
- פרק 5 - שלב ג: חינוך מושכל 32
- פרק 6 - שלב ד: זמן להרפות 36
- פרק 7 - אבי ואמי עזבוני? ה' יאספני! 50

חלק שלישי - בניית סמכות הורית

- פרק 8 - לא לסמכות של פרסים 57
- פרק 9 - נגמלים מהעונשים 60
- פרק 10 - ערך האמירה 65

חלק רביעי - אבא ואימא

- פרק 11 - יציבות וגמישות 75
- פרק 12 - מסרים ללא מילים 80
- פרק 13 - כוחה של אימא 84

חלק חמישי - הזדהות לפני הכול

- פרק 14 - גבורה הורית..... 95
- פרק 15 - הרחמים שפורים את האהבה..... 100

חלק שישי - כל הורה הוא גם ילד

- פרק 16 - התייחסות לעצמיות ההורים..... 107
- פרק 17 - להתרחק ולכבד..... 112
- פרק 18 - האם לגיטימי לְצפות?..... 116
- פרק 19 - לצייר אותם נכבדים..... 121

חלק שביעי - חמישה נתיבים ביחסי הורים-ילדים

- פרק 20 - חמישה גוונים של אהבה..... 129
- פרק 21 - חמש משימות חינוכיות..... 134
- פרק 22 - חמש חובות של הילדים כלפי הוריהם..... 140

חלק שמיני - משפחה באהבה

- פרק 23 - חיבור של תענוג..... 151
- פרק 24 - ראייה מרוממת..... 156
- פרק 25 - מחשבה מחנכת..... 160
- פרק 26 - אל תחסכו במילים!..... 164
- פרק 27 - לא להסתכלות שופטת..... 168
- פרק 28 - פנים מאירות..... 171
- פרק 29 - חברות בקשר..... 175
- פרק 30 - להתייעץ עם הילדים..... 179
- פרק 31 - שלא נהיה הורים תועים..... 183
- פרק 32 - קול ילד בוכה..... 188
- פרק 33 - האמצעי הבטוח..... 192
- פרק 34 - מעשה אבות סימן לבנים..... 196

חלק תשיעי - שמאל דוחה וימין מקרבת

- פרק 35 - ליצור עצמאות..... 205

- פרק 36 - ימין, שמאל, ימין..... 211
- פרק 37 - שימוש נכון בידיים..... 216

חלק עשירי - חינוך דורש השקעה

- פרק 38 - החינוך - מהפנימיות..... 223
- פרק 39 - שמחים להשקיע..... 228

חלק אחד עשר - משפחה במעגל השנה

- פרק 40 - היכולת לסלוח (יום הכיפורים)..... 235
- פרק 41 - ושמחת בביתך (חג הסוכות)..... 239
- פרק 42 - מהרגשת השלמות ל'מוסיף והולך' (חג החנוכה)..... 243
- פרק 43 - המשפחה כאילן (חמשה עשר בשבט)..... 247
- פרק 44 - גילוי ההעלם שבילד (חג השבועות)..... 251
- פרק 45 - מקדש בבית הפרטי (ימי בין המצרים)..... 257
- פרק 46 - משנכנס אב... (חודש מנחם אב)..... 261

חלק שנים עשר - הילדים וערכי השליחות

- פרק 47 - החיים - לשם מה?..... 269
- פרק 48 - שמחה בתודעת השליחות..... 273
- פרק 49 - ארבעה עקרונות לחיים ערכיים..... 276
- פרק 50 - טעמי הבריאה כטעמי ההורות..... 281
- פרק 51 - ילדים גדולים של הרבי..... 288



חלק ראשון

מאפייני
החינוך
ההורי



פרק 1



שהחינוך לא יהרוס את ההורות

אין דבר חשוב יותר לאבא או לאימא מאשר לראות את הילד שלהם גדל כראוי, מתחנך ומושפע בדרך הנכונה. והם צודקים.

הקב"ה הפקיד את נשמת בנם בידם, ובאחריותם לעשות כל שביכולתם לחנך ולגדל את הילד בדרך הישרה.

אך דווקא בשל חשיבות זו, יש לשים לב למשהו בסיסי הקודם במעלתו לרצון לחנך ולהשפיע, והוא: עצם ההורות.

החינוך במהותו הוא קשר מותנה: ההורה מחנך את הילד ומצפה ממנו לגדול ולהתחנך בדרך שהוא מתווה לו. ההורות, לעומת זאת, עניינה קשר ואהבה עצמית ללא תנאי (כפי שיוסבר להלן).

כפי שבסדר הכרונולוגי האם יולדת את הילד שלה תחילה ורק אחר כך מגדלת אותו, כך בסדר הפנימי - בקשר בין ההורים לילדים, ההורה צריך לזכור שתפקיד ההורה הוא התפקיד הראשון, ותפקיד המחנך יגיע אחריו.

במערכות יחסים אחרות, כגון יחסי עבודה, הקשר מבוסס על רווח ותועלת - 'תן וקח'. אם הקשר מפסיק להניב את התועלת המצופה ממנו - הוא מסתיים.

אפילו מערכת היחסים בין בני זוג - איש ואישה - מערכת של שניים שהיו רחוקים (בגלוי) ויצרו ביניהם קשר והפכו לאחד, עלולה, במקרים מסוימים, להגיע לקיצה ולחדול להתקיים.

מערכת היחסים בין ההורים לילדים ייחודית ושונה מכל מערכת אחרת: מערכת זו לא נוצרה מחיבור יזום-מלאכותי. ההורים וילדם היו מלכתחילה דבר אחד, ולכן לא ניתן לנתקם זה מזה. כפי שהאדם לא יכול להתנתק מעצמו לעולם, כך הוא לא יכול להתנתק או להתגרש מהילד שלו לעולם.

וכפי שמעשית אי אפשר להחליף את הילדים או להתנתק מהם, כך גם היחס הנפשי המאפיין את ההורות הוא אהבה לעצם הילד ללא שום ציפייה ממנו. ללא שום התניה.

כגוף אחד

בספר התניא בפרק השלישי אדמו"ר הזקן (רבי שניאור זלמן מלאדי, מייסד חסידות חב"ד) מכנה את כוחות השכל 'חוכמה' ו'בינה' בשמות 'אבא' ו'אימא', ואת המידות (הרגשות) בשם 'תולדות'.

אם כן, ההורים הם 'ראש' המשפחה. דימוי זה מנחה ומלמד רבות: כשם שהראש מנהל ומנחה את הגוף, כך תפקידם של ההורים להנחות ולנהל את ילדיהם. המידות מבטאות את המקום הרגשי המושפע בצורה ישירה מהמסרים שהוא מקבל מהחוכמה ומהבינה.

לדימוי זה יש משמעויות רבות ביחסים הנכונים בין ההורים לילדים ובתכונות השונות של הרכב המשפחה, כפי שנבאר אי"ה. אך עוד קודם לכן, צריך לשים לב לנקודה העמוקה הטמונה כאן: מדובר במוח ובלב של גוף אחד. המוח אינו משפיע על הלב ממקום חיצוני, אלא משום ששניהם שייכים לגוף אחד, וקיומו של כל אחד תלוי בקיום האחר. גם ההורה והילד שייכים לגוף אחד, ויתר על כן - הילד נחשב כאיבר מאיברי גופו של האב, ובלשון חז"ל "ברא כרעא דאבוה" (בן הוא רגלו של אביו).

מסר הורי

יש לזכור שהורה מתחיל את משימת ההורות שלו כשהוא כבר בוגר. חז"ל אומרים "בן שמונה עשרה לחופה", וגם מי שמיישם הוראה זו כפשוטה, נעשה הורה כשהוא כבר מתקרב לגיל 20 (בערך). לעומתו הילד מתחיל את דרכו כשהוא תינוק קטן וחסר אונים, והוא עתיד להתפתח ולגדול.

אי אפשר לדרוש מהילד להיות בוגר מייד בהיוולדו או ברגע שלהורה נוח שיהיה כזה. טבעי שתינוק וילד יהיו אגואיסטים, תלותיים וכדומה. כדי להפוך לבוגר עצמאי הילד צריך לעבור תהליך של גדילה והתפתחות הדרגתית. מההורה, לעומת זאת, מצופה להתנהג בבגרות נפשית ופנימית כבר מתחילת ההורות.

בעומק נפשו כל הורה יודע שהקשר שלו עם ילדו הוא קשר עצמי, לא מותנה, אבל למרבה הצער לא תמיד זה המסר הגלוי העובר מההורה אל הילד. כדי להצליח להעביר את המסר הזה נדרשת בגרות הורית. לדוגמה: כאשר ילד מתנהג בדרך השונה מן הדרך שההורה מצפה ממנו, וההורה נפגע ונעלב, פירוש הדבר שההורה איננו פועל מהמקום ההורי האמיתי: האם מעצמו הוא היה נפגע?! ודאי שלא. להיפגע אפשר רק ממישהו אחר. גם הורה המעניש את ילדו על מעשה שלילי שעשה, יחסו אל הילד שלו אינו נובע מהמקום ההורי האמיתי: האם את עצמו הוא היה מעניש!?

כאשר הורים מבהירים לילדם שחשוב להם מאוד שיתנהג באופן מסוים או שישגי ציון טוב במבחן וכדומה, ובמעשים אלו יגרום לאביו להיות גאה בו ולא יאמו להרגיש שהיה 'שווה' לגדלו ולטפל בו, המסר שהם מעבירים לו הוא שהקשר בינם לבינו הוא קשר מותנה התלוי במעשיו.

התניית החיבור והקשר, גם אם היא נובעת מתוך מטרה חינוכית לקדם את הילד, היא ביטוי והתנהגות של מקום 'לא הורי'. המסר ההורי האמיתי שאותו ראוי להנחיל לילד: "אתה הבן שלי ואותך אני אוהב/ת לא משום שאתה מוצלח או משום שאתה מסב לי נחת, אלא מן הסיבה הפשוטה שאתה חלק ממני. זהו".

האם אין מקום לצפות מהילד? להעניש או לבקר במקרה הצורך? כשעושים את זה נכון, יש לזה לעיתים מקום (כפי שיתבאר), אך על ההורה לשים לב שכאשר הוא נוקט את הדרכים האלה הוא עושה זאת כשהוא 'חובש את כובע המחנך', הבא לאחר 'כובע ההורה', ולעולם לא יכול להיות במקומו.

תודעת ההורות קודמת

במקרים רבים מתברר כי קושי של אדם בקבלה והערכה של עצמו נובע מחוסר הפנמה של המקום ההורי האמיתי של ערך ואהבה עצמית לא מותנית. על ההורים להיות חמים ומעניקים, אבל לא די בזה. אם הם אכן חמים ומעניקים אבל משדרים לילדם שערכו בעיניהם תלוי בהתנהגות ובהתקדמות שלו - השדר שלהם יבנה בילדם אישיות שיהיה לה צורך תמידי בהתקדמות ובהצלחות בעולם, משום שרק באמצעותן היא תוכל להוכיח שקיומה מוצדק וכדאי, שיש לה ערך.

אומנם הורים נדרשים גם לחנך את ילדיהם. בחינוך נעשית כביכול ירידה מהאהבה עצמית לאהבה שתלויה בדבר. זהו חלק הכרחי בנתינה של ההורה לילד, כדי שיגדל נכון ויעמוד על רגליו, אך הוא צריך לבוא רק אחרי שהילד כבר עטוף באהבה העצמית שאינה תלויה בדבר, שהיא עיקר ההורות.

אסור שהרצון לחנך את הילד ולהשפיע עליו יפריע לעצם הורות. הורים המפתחים תחילה את תודעת ההורות, שהיא אהבה עצמית לא מותנית, גם החינוך שלהם יצליח יותר; אבל לא משום כך צריך להקדים את המקום ההורי למקום המחנך. זהו הסדר האמיתי והנכון של יחסי ההורים והילדים, ובדרך אגב - גם רווח בצידו, בהשפעה על הילד ובחינוכו הטוב.

פרק 2



היו 'ראש'!

כאמור, בספר התניא (פרק ג) מובאת הקבלה בין המבנה המשפחתי למבנה כוחות הנפש והספירות. ההורים, אב ואם, מקבילים לכוחות השכל - החוכמה והבינה, ואילו הילדים למידות-רגשות.

את ההקבלה בין המידות (המכונות בחסידות גם בשם 'תולדות') לילדים ניתן לראות במוחש:

המידות עניינן הרגשה עצמית, וגם הילד, באופן טבעי, מרוכז בעצמו וברצונותיו.

הרגש דינמי ויכול להשתנות במהירות, וכמוהו הילד: ככל שהוא צעיר יותר, הוא בטבעו רגשי יותר. התלהבותו 'ניצתת' מהר, אך באותה המהירות היא עשויה גם 'לדעוך', והוא עלול להתאכזב ולהיפגע מדבר קטן כגדול.

בהתבוננות מ'נקודת המבט' של הרגשות רואים דברים באופן קיצוני וחד-צדדי, וגם ילד נוטה לקיצוניות ולהתרגשות יתרה.

יש להדגיש שבמקרה שהדברים אמורים בילד - אין במאפיינים האלה שום פסול. בתהליך התפתחות תקין, השפעתו של השכל תגבר בהדרגה, והילד ילמד להתבונן במציאות ולבחון אותה ב'עין' אובייקטיבית, מאוזנת ושקולה.

ההורים, שלא כילדים, צריכים לבטא ה'מוחין' - החוכמה והבינה - המשפיעים על הרגשות ומכוונים אותם באופן הנכון שבו "מוח שליט על הלב".

ה'ראש' הוא המקום השקול, החושב, הרואה את כל הנתונים, ומנתח ובוחן את המציאות מתוך חשיבה הגיונית, ומתוכה הוא משפיע על הרגשות ומוסר את עוצמתם ברוגע ושלווה. במצב מתוקן, רגשותיו של אדם מושפעים בצורה ישירה מהמסרים שהם מקבלים מהשכל המולידם, ומנהל ומנחה אותם.

כך גם ביחסי הורים-ילדים: תפקידם של ההורים להנחות ולהדריך את ילדיהם, ותפקיד הילדים לגדול ולהתפתח בהשפעתם ובהשפעת כל שהם מקרינים ומבטאים. היינו: תפקיד ההורים להיות 'ראש' המשפחה, להשפיע ולכוון.

תפקיד הראש במשפחה

על ההקבלה בין ההורים למוחין, ניתן לשאול: האם להורה עצמו אין רגשות? האין הוא עלול לכעוס, להיפגע או להתרגש ולהתלהב בעוצמה?

התשובה היא שבוודאי יש בתוך ההורה מערכת שלמה של כוחות, כולל רגשות, אך כשמביטים על מבנה המשפחה באופן כללי, ההורים הם ה'ראש' ביחס לילדים.

למקום הרגשי של ההורה (המתאפיין בתנודות ומתגלה במקרים ובמצבים שבהם הוא נפגע או כועס וכדומה) יש מקום במערכות יחסים אחרות כגון יחסים עם הממונים עליו או עם הכפופים לו במקום העבודה, בהתמודדות עם אתגרים שונים בחייו ועוד. מובן שחשוב לעבוד על הרגשות ולהשתדל להביאם שיהיו מאוזנים ומתוקנים גם במקומות אלו, אך ביחסים שבין ההורים לילדיהם, תפקיד ההורים ברור: עליהם להיות ה'ראש' - המקום הבוגר והשקול.

הילד לא אחראי

על ההורים לזכור את תפקידם ולהתנהל ליד ילדיהם בדרך ההולמת אותו.

ניהול מערכת יחסים רגשית לעיני הילדים (לדוגמה: "הוא עשה לי, אני אעשה לך" או "נפגעת מהילד... וכו') מעיד שההורים שכחו את מקומם ההורי ואת בחינת ה'ראש' כלפי הילדים.

תפקיד זה הוא תפקידם תמיד, בכל עת ובכל מצב, כולל מקרים ומצבים שבהם ההורה עייף (מיום עבודה או מסיבה אחרת) או מתוסכל ממהמורות החיים השונות. גם אז עליו לזכור שמשימת פתרון בעיותיו אינה מוטלת על ילדיו. ולפיכך, כל עוד הוא משוחח עם ילד מילדיו, עליו להשתדל להתנהג באופן רגוע ושקול ולבטא את מקומו האמיתי במשפחה, בחינת ה'ראש'.

לעיתים ההורה חש שהוא זקוק לפרק זמן שבו 'יהיה עם עצמו', ואין לו פניות נפשית וכוח להעניק מתשומת ליבו לילדיו. גם במצבים כאלה חשוב שההורה יזכור שהזמן והפניות הנפשית אינם באחריותו של הילד אלא באחריותו שלו. הילד נמצא במעמד של 'מקבל' מההורה, ולא להפך. ההורה אינו יכול לצפות להיפוך היוצרות, שהוא יהפוך ל'מקבל' מן הילד, והילד יהפוך ל'משפיע' שידאג לו, לנוחותו ולכוחותיו.

אתה, ההורה, צריך ליצור את מסגרת הזמן הנכונה בגבולות הנכונים. מותר לך לחפש לעצמך פרקי זמן ולהקדישם לפעולות שיעזרו לך 'להיטען' מחדש. הדבר אפילו נחוץ בזמנים מסוימים. ועם זאת - האחריות למציאת הזמנים ולעשיית הפעולות, מוטלת עליך. הילד אינו יכול ואינו צריך לשאת באחריות הזאת.

במקרה הצורך ניתן לומר לילד: "עכשיו אני לא יכול להתפנות אליך. אתפנה אליך מאוחר יותר" או "הייתי מקשיב לך בשמחה, אבל ברגע זה אני עוסק בעניין חשוב אחר" (ואם אמרת זאת, אנא זכור לפנות לילד בחלוף הזמן הזה ולהקשיב לו, כפי שהבטחת). מכל מקום, אין להיכנס לסחרור רגשי, לכעוס ולבוא בתלונות על התנהגותו ה'תובענית' וה'בלתי מתחשבת' של הילד, כגון "איך הוא לא מבין שאני עכשיו עסוק וצריך את השקט לעצמי...", "איך הוא לא מתחשב...".

אתה ההורה, הבוגר, ה'ראש'. הוא הילד, הקטן. לא תמיד הוא מבין, והאמת היא שהוא אינו אמור להבין. קבל אחריות לניהול הזמן שלך, ואל תטיל את האשמה על הילד ואל תצפה ממנו להיות 'בוגר' ביחס שלו כלפיך.

לא לאבד את ה'ראש'

גם כאשר ההורה רואה לנכון, מטעמים חינוכיים, להביע את כעסו על מעשה שלילי שהילד עשה וכדומה, עליו להקפיד להיות מיושב ורגוע בתוכו, ולא לאבד את ה'ראש'. וכדברי הרמב"ם בהלכות דעות בעניין ביטוי כעס כלפי בני הבית לצורך חינוכי: "יראה עצמו בפניהם שהוא כועס כדי לייסרם ותהיה דעתו מיושבת בינו לבין עצמו, כאדם שהוא מדמה שהוא כועס בשעת כעסו והוא אינו כועס".

התרגשות ובהלה של ההורים, אפילו התעוררו בשל דברים חמורים (ואזי הן לכאורה 'מוצדקות'), מחלישות את התדמית ההורית, ובשל אותה היחלשות, לא ישפיעו ולא יפעלו אצל הילדים. כאשר ה'ראש' איננו מתנהג כ'ראש', קשה ל'גוף' לקבל ממנו.

על כן, אם ההורים חשים שהם נסערים ועלולים 'לאבד את הראש' ואת היכולת של המוח לשלוט בלב, מוטב שימתינו עד לחלוף סערת הרגשות, ורק אז, ולא מייד, יאמרו את דברם, וכדברי כ"ק אדמו"ר מליובאוויטש (להלן: 'הרבי'): "לפעמים צריך להבליג על רגשות הלב ומוכרחים להתאפק אפילו מהוכחה שעל פי תורה לפי שעה". (איגרות קודש חלק יא עמ' קלו)

"כשהראש הוא בריא אזי גם הגוף בריא" (ספר "היום יום" כ"ג באדר). הורים שמצליחים לשמור על רוגע ושלווה, מתינות ושיקול דעת, מול הילדים, וממלאים את תפקיד ה'ראש' כהלכה, מאפשרים לילדיהם גדילה גשמית ורוחנית מתוך ביטחון ושמחה.

צידה לדרך...

בחינה עצמית:

* מתי אמרתם לילד שלכם לאחרונה שאתם אוהבים אותו רק משום שהוא הילד שלכם (ולא בגלל ציונים או התנהגות טובה שלו)?

משימה לתרגול:

* הקפידו להביע מסרים חינכיים מתוך תכנון וחשיבה מושכלת, והשתדלו שלא לאמרם מתוך התרגשות.



חלק שני

שילבי ההתפתחות



פתיחה



גדילה לא נעשית מעצמה. כפי שבגשמיות, אם תינוק יישאר לבדו ולא יקבל מזון הוא יגווע חלילה, כך גם בתהליך הגדילה הנפשי - התינוק חייב לקבל את המענה הנפשי מהסביבה ובמיוחד מההורים כדי לגדול ולהתפתח נכון.

מקובל להבחין בארבעה שלבים בהתפתחות:

שלב העיבור - שלב בסיסי בהתהוות ובגדילה הגופנית שיש לו גם משמעויות נפשיות וחינוכיות.

שלב היניקה - מהלידה עד גיל שנתיים לערך.

שלב החינוך - מגיל שלוש ועד גיל מצוות.

שלב ההתבגרות - מגיל מצוות ועד גיל עשרים.

חשוב שההורה יהיה קשוב לשלבי ההתפתחות של הילד, יכיר את המאפיינים הייחודיים של כל שלב, ובכל אחד מהם ידאג לתת לילד את המענה ההורי המתאים.