

מדריך בנושא: ימי הורים

"לא פעם זה קשה,
אבל לרוב מילה טובה
מיד עושה לי טוב,
רק מילה טובה או שתיים,
לא יותר מזה"
-מילים: יעקב גלעד לחן: יהודית רביץ-

מה "הסיפור" שלנו, כהורים, עם ימי הורים בבית הספר ובגן?

- איך היה לנו כילדים בימי הורים. זה ישר מחזיר אותנו לחוויה שלנו כילדים. כל אחד והסיפור שלו, כל אחד וההורים שלו, כל אחד ואיזה תלמיד הוא היה. זה מציף הכל – מה הרגשנו? מה זה עשה ליחסים עם ההורים שלנו? מה המורים אמרו עלינו? איך זה השפיע עלינו בהמשך החיים?
- הילד הוא (לא) כרטיס הביקור שלי. מה יגידו על הילד שלנו נוגע לנו עמוק בתחושת הערך שלנו כהורים. אם יגידו דברים טובים על הילד שלנו, זה אומר דברים טובים עלינו, ולהיפך.
- פנטזיה הורית. מי לא רוצה שהילד שלו יהיה ילד טוב, תלמיד מצטיין, הגאון של הכיתה, חברותי, מכבד את המורים, מתנדב לעזור בכל עת וכו' וכו'. זה שוב מתחבר לתחושת הערך שלנו כהורים. אבל זה גם הרצון שלנו לשמוע שהילד שלנו הוא "הכי", ושהוא משהו מיוחד.
- השלכות על היחסים שלנו ושל הילד. אם יגידו דברים טובים, זה יהיה נעים ומשמח ונוכל לפרגן לילד שלנו ולהיות גאים בו. ואם יגידו דברים לשיפור, זה אומר שנצטרך לדבר איתו, לחשוב מה עושים, להכניס הרגלים חדשים של למידה או של התנהגות, אולי נכעס, אולי נעניש, יש ציפייה שיום ההורים יוביל לתגובה כלשהי.

אז מה אפשר לעשות עם זה?

1. קודם כל להיות מודעים למה אנחנו מרגישים וחושבים לקראת יום ההורים. לברר עם עצמנו מה הציפיות שלנו, ממה אנחנו חוששים ומה היינו רוצים שיהיה. כשנהיה מודעים וכנים עם עצמנו נוכל לבחור מה לעשות עם זה.
2. אנחנו לא ההורים שלנו והילדים שלנו הם לא אנחנו. זה סיפור אחר, עם אנשים אחרים והזדמנויות חדשות. זה הזמן לכתוב את הסיפור בדרך שלנו, לפי הערכים שלנו והאמונות שלנו. יש לנו הזדמנות לשנות דברים שלא אהבנו ולהשאיר דברים שאהבנו.
3. הילד שלי הוא לא כרטיס הביקור שלי! קל להגיד וקשה להרגיש, ועדיין, אפשר לבסות. הילד שלי הוא אדם בפני עצמו והשליטה שלי עליו היא מוגבלת ביותר, אם בכלל קיימת. יש לי אחריות הורית, יש לי השפעה, ומחובתי לעשות מה שאני יכולה כדי לגדל ילד עצמאי, אחראי ובעל תחושת ערך טובה שישתף פעולה ויתרום לחברה. אבל, אני רק יכולה לעשות הכי טוב שאני יכולה. ואני עוד דברים חוץ ממה שיגידו על הילד שלי ביום הורים. זה לא אומר כלום על מי שאני ועל הערך שלי בעולם. (*אזהרת אדישות – זה שאין לי שליטה על הילד שלי לא אומר שאני מסירה מעצמי אחריות על גידולי!!!)

מדריך בנושא: ימי הורים

מה הילד שלנו צריך מאיתנו?

לא משנה מה אומרים ביום ההורים, לא משנה איזה תלמיד הילד שלנו, מה הציונים שלו וכמה הוא מפריע בשיעור, התפקיד שלנו זה לחזק לו את תחושת הערך שלו בעיני עצמו!

מטרת העל שלנו כהורים היא לגדל ילד עצמאי, אחראי ובעל תחושת ערך טובה.

כך הוא ירגיש טוב עם עצמו בעולם והוא יהיה פנוי להתמודד עם החיים.

איך מגדלים ילד כזה?

דואגים שהוא ירגיש א.נ.י - אהוב, נחוץ, יכול.

אהוב = לאהוב אותו כמו שהוא, ללא תנאי ("אני אהוב").

נחוץ = לאפשר לו לקחת חלק, להיות משמעותי וחשוב. לתת לו לעזור, לתרום ולהועיל בבית ("אני חשוב" "אני משמעותי").

יכול = כשהוא ירגיש אהוב ונחוץ, ובעזרת עידוד שלנו, הוא ירגיש תחושת מסוגלות, יהיה לו כוחות פנימיים וביטחון עצמי ("אני יכול" "אני מסוגל").

זכויות שמורות: אורית רוזנקוויט ורועי רוזנקוויט ©



מדריך בנושא: ימי הורים

איך נעודד את הילד שלנו בהקשר של יום הורים?

- לא משנה כמה טובה או קשה הייתה השיחה עם הגננת או המורה, אנחנו נתאמץ ונמצא לפחות משהו אחד שהילד שלנו התקדם בו. כשנצא מיום ההורים נגיד לו: "המורה אמרה הרבה דברים, אבל אתה יודע מה שמעתי? שמעתי שהיא אמרה שהכתיבה שלך מאוד השתפרה! אני גאה בך על זה כי אני יודעת שהתאמצת והשקעת!" "אני כל כך גאה בך ואני אגיד לך למה, כי כשאתה עוזר למורה לספורט לאסוף את החישוקים בסוף השיעור זה מראה שאכפת לך, שאתה משתתף, ואני בטוחה שזה מאוד עזר לה שהיא לא הייתה צריכה להתכופף כל כך הרבה!"
לא צריך להמציא, גם אם זה משהו קטן, הוא קיים והוא נקודת אור.
- שימו את הדגש על התקדמות ולא על תוצאות. מה שיגרום לילד לערך עצמי גבוה זה ההרגשה שהוא מתקדם, מתפתח ומשתפר ביחס לעצמו. השוואה לאחרים רק פוגעת בתחושת הערך. התוצאה (ציון/ קבוצה מתקדמת בחשבון/חוברת מתקדמת בשפה) היא השוואתית, נקודתית ולא משקפת מאמץ או תהליך. מה שחשוב זה: השקעה, התקדמות, מאמץ, אומץ והתנסות. התוצאה תלויה בעוד המון גורמים ודברים שלא בשליטתנו.
- ותרו על פרסים ועונשים. כשנותנים פרס על הערכה טובה (ציונים/ התנהגות/ תעודה) או עונש על הערכה לא טובה, מעבירים מסר שאנחנו מודדים את הילד שלנו לפי זה. זה מעודד תלות בהערכה חיצונית ולא מחזק את תחושת הערך הפנימי שהילד מרגיש לגבי עצמו. זוכרים את ה"אהוב"? אמרנו שכדאי לאהוב ללא תנאי. הילד עלול להסיק מזה שהוא אהוב רק כשהוא מקבל הערכה טובה בבית הספר. ואיך מרגיש ילד שמקבל עונש על הערכה לא טובה? מה הוא אומר לעצמו? "אני לא שווה" "לא מעריכים אותי" "לא רק שקשה לי בלימודים, גם בבית מענישים אותי על זה" "לא רואים כמה אני מתאמץ בשביל להצליח לשבת חצי שיעור בשקט/להוציא 65 במבחן?"

מדריך בנושא: ימי הורים

אתם בכל זאת רוצים לעשות משהו בנוגע לדברים שנאמרו ביום ההורים?

מצוין! אתם הורים אכפתיים ולוקחים אחריות.

שבו עם הילד, כשכולם רגועים ובמצב רוח טוב, ונהלו שיחה.

שיחה זה כששני הצדדים מקשיבים ושני הצדדים מדברים.

תחסכו מהילדים ומעצמכם נאומים על חשיבות הלימודים וההתנהגות, זה רק סוגר אותם ולא מקדם אותם ואותכם לשום מקום טוב.

תנסו בעיקר לשאול שאלות ולהקשיב לתשובות.

שאלות לדוגמא:

-מה קל לך בבית הספר?

-מה יותר קשה?

-ממה אתה נהנה?

-מה אתה חושב על מה שדיברנו עם המורה?

-יש משהו שהיית רוצה לעשות אחרת?

-מה עוזר לך כשאתה נתקל בקושי?

-יש לך רעיונות לדברים שאפשר לעשות אחרת במחצית הבאה/בשנה הבאה?

אחרי שתשאלו ותקשיבו, אתם יכולים להציע גם רעיונות משלכם:

-אפשר לקבוע חצי שעה בשבוע שנשב ביחד לראות סרט באנגלית בלי כתוביות.

-אולי נשאל את השכנה אם היא רוצה לעזור לך בשיעורי בית פעמיים בשבוע?

-אתה אוהב להקריא לסבתא נכון? אז אולי נקבע איתה כל ערב שיחת וידאו ותתאמן על קריאה?

-מה דעתך שנלך ביחד לסופר ותתרגלי שם חשבון?

-היית רוצה שנזמין מחר ילד מהכיתה שעוד לא התחברת איתו? אולי תעשו ביחד כדורי שוקולד?

תודה שקראתם את המדריך

**אני מאוד מקווה שהוא עזר לכם
ונתן לכם נקודת מבט נוספת על ההורות שלכם.**

הורות זאת עבודה קשה,
לעיתים מתסכלת,
לעיתים מעייפת,
לעיתים מעצימה ומרגשת.

לא הולכים לבית ספר להורות כדי ללמוד איך עושים את זה נכון.
וגם אין דרך אחת נכונה להיות הורים.
אפשר רק להכיר את עצמנו טוב יותר,
להכיר את ילדינו טוב יותר,
ולהשקיע כמה שיותר ביחסים בינינו.

**עצם זה שקראת את המדריך אומר הרבה על ההורות שלך.
כל הכבוד על זה.**

אני כאן בשבילכם,
נטע.

מוזמנים ליצור איתי קשר
לחצו כאן לשליחת הודעה