



# שיעור בהורות

היום כבר מותר להודות: לא נולדנו הורים מושלמים, עם כל התשובות והפתרונות מוכנים בשלוק. בתי ספר להורות - מלמדים אתכם ללמד אותם

מאת שרון אנגל



מטורף", אומרת **נעמי גטני**, מדריכת הכנה ללידה, מנחת קבוצות לאמהות ועורכת פורטל "דולה". "הקמנו את בית הספר להורים של 'דולה' מתוך צורך אמיתי של ההורים. הרגשנו שחסר להם משהו כשהם יוצאים מבית החולים עם התינוק, שהם מחפשים נאשורת אחר הוראות הפעלה".

התמונה ודאי מוכרת לכם: משפחה צעירה נולדת, החיים מנסים להיכנס לתלם אבל על כל בעיה אחת שמתעוררת מקבלים שלל עצות ופתרונות. "את צריכה למצוא את עצמך בין העצות של השכנה והסבתא לבין העצות של אמא שלך ואמא שלו ושל החברות שילדו לפניך ואחריך. במקום להיכנס לפרופורציות - 99% מנותנות העצות

כשהיינו ילדים תמיד ביקשנו רשות, ה"לא" היה "לא" ומילה של אבא הייתה המילה האחרונה. איפשרנו בדרך, בין הילדים שהיינו להורים שאנחנו היום, העולם נעשה דמוקרטי יותר, הילד הושם במרכז ומאות גישות, שיטות, עקרונות, עצות וכלים לחינוך ילדים הופצו ונידונו בהרחבה. התפתחותם של בתי ספר ומרכזי הדרכה להורים הייתה רק עניין של זמן.

### משפחה צעירה נולדה

"בשנים האחרונות מנסים ללכת לקראת הילד והעולם התהפך. מי ששולט הם הילדים בעוד ההורים עברו למצב של חוסר איוון



זאת, יש דברים שנטמעים. למשל, הצורך לחזק את הילדים בדברים חיוביים, לגרום להם לעזור כדי להרגיש שייכים ונחוצים ולא כי זה מה שאת צריכה, לדעת לבקש עזרה ועוד".

לא כל מה שאורלי למדה היא אכן מיישמת. "כל משתתף בסדנה מוזמן לקחת את מה שמתאים לו ולמשפחתו. לנו, למשל, אין שעת משפחה אבל אנחנו כן אוכלים בכל יום ארוחת ערב משותפת. למדתי, לדוגמה, טקטיקות שעוזרות מאוד עם דניאל אבל לא כל כך מצליחות עם נועה".

## עומדים על ההר וצופים

**מיכל דליות**, מנהלת בית הספר להורים ב"מכון אדלר" ומדריכה ליחסים במשפחה, מסבירה מדוע צריך ללמוד הורות: "הורות זה מקצוע. אנחנו אבא ואמא באופן ביולוגי אבל הורות זה תפקיד. רש"י טען שמקור המילה 'הורות' במילה 'הר'. כמבוגרים, אנחנו עומדים על ההר וצופים קדימה ורחוק. זה מה שילדים לא עושים. הם חיים ב'כאן' וב'עכשיו'. כהורים, יש לנו חובה להביט רחוק, קדימה. אנחנו נדרוש מהילד לסדר את החדר כיוון שעומדת מאחורי זה חשיבה ערכית - ללמוד לשמור על חפצים ולהתחשב באחר".

**אפרת דומב**, מנחת קבוצות לאדם, לזוג, למשפחה ולקהילה באופן פרטי ובמסגרת משי" (מרכז לשיפור יכולות לגיל הרך ועד תיכון) במעגן מיכאל, מסכימה: "בין שהורות היא מולדת ובין שהיא נרכשת, מה שברור הוא שמדובר במשרה של 24 שעות ביממה, לכל החיים, ללא חופשות ובלי אפשרות להתפטר. זאת הסיבה שהורה זקוק במסגרת מילוי התפקיד הן לתמיכה, הן לידע והן למיומנות שיאפשרו לו לגדל את הילד מתוך מודעות".

העוסקים בנושא מסכימים שההורות היום הרבה יותר קשה משהייתה בעבר. "מרב שיתות, רעיונות ותפיסות נוצר בלבול. כשהורה אינו בטוח בעצמו הוא מעביר מסר לא עקבי, לא ברור, ולכן הילדים של היום מבולבלים, מתחצפים ולא יודעים מה רוצים מהם", אומרת דליות. על פי דומב, ההורים העכשוויים קרייריסטים ורוצים לספק לילדים רמת חיים גבוהה וחינוך איכותי. "יתר על כן, יש כיום משפחות חד הוריות רבות, גרושים וגרושות. ההורים רוצים להיות חברים של ילדיהם, להיות שם בשבילם בעת צרה ובעיקר להעניק להם את מה שהם עצמם לא קיבלו".

## והילדים העכשוויים?

"הם בעלי דעה ועמדה ויכולת השפעה והכרעה בעניינים ביתיים. יש ביניהם מנהלים לא קטנים ואלופי אינטרנט. זהו דור מהיר תפיסה, נהנתן, בעל נגישות לכל דבר בארץ השפע והחומר הממצא עניין מהר, בערך כמו זיפופ בטלוויזיה. הם מוקפים בחוגים ובמומנטים והכול מושג מבחינתם בקלות ובמהירות".

לדעת דומב, הילדים של היום מלאי פחדים וחרדות וצמאים לתקשורת שאינה מסך טלוויזיה או מחשב. "חשוב להחזיר להורים את הביטחון ביכולת שלהם להיות הורים טובים הפועלים מתוך בחירה מודעת, מתוך מגוון האפשרויות הקיימות. עליהם להיות הורים איכותיים ולא כמותיים. אם בעבר האמא העובדת סידרה את לוח הזמנים שלה כך שהיא תהיה בבית כשהילדים חוזרים, היום יש לחץ מטורף להצליח בקריירה, להיות אמא מושלמת ואישה מושלמת. גם סקסית וגם ענווה. המטרה של ההדרכה היא להוריד לחץ, לספק להורים את הרגיעה שהם

אינם יודעות מה נכון להן, את חשה אשמה רבה ומנסה להיות אמא מושלמת. לכן המטרה שלנו היא לחזק את ההורים, לגרום להם להקשיב לאינטואיציה שלהם", אומרת גטניו.

ההדרכה מיועדת לא רק להורים לילד ראשון. **אורלי אדר**, אמא של **דניאל** (10), **נועה** (6) ו**יונתן** (שנה), השתתפה בכמה סדנאות של "מכון אדלר".

## למה?

"כדי להשיג אווירה טובה בבית. אמא שלי בוגרת שיטת אדלר ואני נטו ילדת אדלר. כיוון שאני אוהבת מאוד את החינוך שקיבלתי בבית, היה לי ברור שברגע שיהיה לי תינוק אלך ללמוד בעצמי".

אורלי הצטרפה לסדנה הראשונה עם לידתה של נועה. "רציתי שדניאל לא יקנא ולא ירביץ ובזכות הקורס הוא באמת לא קנא. היה לו בבית מקום משלו והוא נהנה מתחושת שייכות, מהאפשרות לדבר ולהרגיש". למרות שגדלה על עקרונות החינוך האדלריאני חשה אורלי צורך ללמוד בעצמה. "רציתי ללמוד, לשאול את השאלות שלי. רציתי שמישהו יסביר לי איך לעשות את זה נכון. איך לא להתערב במריבות בין אחים ולהגיב כך שלא ירגישו מקופחים. איך לטעת בילד תחושת ביטחון אמיתית ולא רק להגיד לו כל הזמן 'אני אוהבת אותך'. איך לגרום לכל ילד להרגיש שייך למשפחה. מתי להעניש, מתי לא ואיך. מה לעשות כשאת מענישה ורואה שזה לא עוזר.

"בזכות הקורס כולם עוזרים בבית והילדים עצמאיים מאוד. ההדרכה מספקת עזרה, כיוון. ילדים לא מגיעים עם ספר הוראות. כל ילד בא עם שיגעונות אחרים ואת מתנהגת אחרת עם כל ילד. מתחילת המפגשים ועד סופם את רואה איך האווירה בבית משתנה, הקושי הוא להתמיד", מודה אורלי. "כשאת מפסיקה להתמיד, הגלגל חוזר לאחור. עם

## שפת הטר

יכולת ההתייחסות של הורה אדלר

**הוליס:** הקשר בין גוף ונפש. כשאדלר הגה את הרעיון הוא נחשב לחדשני.

**בחירה:** האדם הוא יצור בוחר והבחירה היא צורך פסיכולוגי. תמיד אפשר לבחור להתמודד, להגיב או לחשוב אחרת. יש לשדר לילד: "אתה יכול לבחור לעשות או לא לעשות, אבל דע לך שאם תבחר שלא, אזי יש לזה מחיר".

**שייכות:** לכל אחד יש כמה תנאים אשר יאפשרו לו לחוש שייך. לא רק "להיות חלק ממשוה". כל אחד רוצה להרגיש שמעריכים אותו, מתגמלים אותו, שהוא חשוב ותורם, שנים לו מבחינה חברתית, שמעודדים אותו, מקדמים אותו, שמים אליו לב ומתייחסים אליו בכבוד. התנאים האלה חשובים גם לילדים שלנו.

**מטרותיות:** האדם עושה כדי, למען, לא בגלל. הגישה האדלריאנית לא שואלת "למה?" אלא "בשביל מה?" היא אינה מחפשת סיבה אלא מטרה. תמיד נשאל מהי המטרה של הילד, מה הוא משיג ולא למה הוא עושה את זה.

**סובייקטיביות:** אין אמת מוחלטת, אלא כל אמת היא תוצאה של דעתו האישית של האדם. האדם קולט את סביבתו בעזרת החושים ואז, בכוחו היצירתי הספציפי, מסיק מסקנות ונוקט עמדה. מערכת הדעות של הפרט מתגבשת מתוך החברה שבה הוא מצוי: משפחתו, שכונתו, חבריו, עירו, ארצו, תרבותו.

זקוקים לה כדי שיוכלו להקשיב לקול הפנימי, לאינסטינקטים שלהם.

### מה יכולה ההדרכה לתרום להורה העמוס?

"כלים ואפשרות להתבטא בתוך הקבוצה, נורמליזציה ולגיטימציה לדברים. דיון בשאלות כמו 'מה אפשר לעשות כדי שהילד יירדם?' או 'האם מה שאני עושה בסדר?' אומרת גטניו. לדעתה, ניתן למנף את התכונות הייחודיות של הילדים: "אני מרגישה שזה לא נכון לחזור למה שהיה. צריך למצוא את דרך האמצע, להציב גבולות ברורים, אבל לטובת הילד, לא כדי למנוע ממנו. צריך להסביר לו למה יש גבולות, למה הם נועדו ומה קורה כשאין גבולות. ככל שההבנה של הילד מתפתחת, כך אפשר להסביר לו את הדברים. הילדים כיום מבינים. הם הרבה יותר מתוחכמים ממה שחושבים. הם לא יכולים להציב גבולות, אבל אם הם מבינים, קל להם יותר ללכת עם זה."

על פי דומב, ההדרכה מעניקה להורים כלים ומיומנויות לשיפור תפקודם ומרחיבה את בסיס הידע שלהם. כמו כן, היא מגבירה את המודעות לצורכי הילדים ולצרכים שלהם עצמם ומגבירה את האמונה של המשפחה ביכולתה להצליח וליצור אווירה נעימה. "הכרחי לדבר על הקשבה, על תקשורת מאפשרת ולא חוסמת, על גבולות וחוקים. צריך לחשוב איך יוצרים אווירה משפחתית נעימה, מוגנת ומצמיחה ואיך מפתחים כל אחד בבית כבעל משמעות בתוך המערך המשפחתי. צריך לבדוק אמונות, דעות, ערכים ותובנות ולבנות מערכות יחסים המושתתות על אמון, עזרה, כבוד, הדדיות ועוד", מפרטת דומב.

### מקדימים רפואה למכה

הנושאים המניעים הורים לפנות לקבלת הדרכה הם רבים ומגוונים. דומב: "בלגן בחדר, פחד מהעולם בחוץ, דימוי עצמי נמוך של הילד,

יציאה לצבא, בעיות שינה, מעבר לגן ולכיתה א', הכנת שיעורי בית, הצבת גבולות, ילד מפונק, ילד מסתגר ולא משתף, מריבות בין אחים, גמילה מחיתולים וממוצץ, גירושים, אובדן במשפחה, ילד חולה, הורים לתאומים ולשלישיות ועוד."

דליות מאפיינת את סוגי ההורים: "קיימים שני סוגים. אלו שמתמודדים עם מצוקה כלשהי ורוצים עזרה והדרכה ואלו שמגיעים לפני הקושי, בתור אקט מונע. ההמלצה היא לא לבוא לפני שמלאו לילד 10-11 חודשים כי עד אז הדיון הוא תיאורטי מאוד."

**נירית בר-אלי**, מנחה ומטפלת פסיכרוחנית, בעלת תואר ראשון בפסיכולוגיה ותואר שני בייעוץ חינוכי, מטפלת משפחתית וזוגית, מנחת קבוצות הורים ומודעות ומנחת הסדנה "הורות בעידן החדש" במרכז "חכמת הלב", החלה את דרכה בתור מדריכה ב"מכון אדלר". בשנות ה-70 וה-80 הייתה פריחה בהצטרפות לסדנאות להורות. אנשים רצו להבין מה זה התפקיד הזה, מה זה אומר להיות הורה ואיך לנהוג מתוך אחריות הורית. היום הם רצים ללמוד, בין היתר, גם מתוך קושי. ההורה עומד חסר אונים מול הילד ומחפש כלים להתמודד עם הקונפליקטים. ההדרכה מספקת לו ידע פסיכולוגי בנושאים כמו קשר הורה-ילד, תפקידי ההורה, התפתחות הילד וכדומה, ומציעה דרכים לשינוי. ההדרכה היא ספציפית, קונקרטית. איך היה נכון וכדאי לנהוג בסיטואציה מסוימת."

על בסיס הגישה הפסיכולוגית מוסיפה בר-אלי נדבך רוחני: "המודעות הרוחנית גורסת כי בעשורים האחרונים, ובאחוזים גבוהים ביותר משנת 2000, נולדים 'ילדים חדשים', ילדי האינדיגו והקריסטל, המציבים בפני ההורים אתגרים. אלו הם ילדים בעלי תודעה מסוג אחר המפותחים יותר מעצם מהותם. יש להם מודעות רחבה - לחיים, לבריאה, לתפקיד לשמו באו לעולם ומה עליהם לעשות. הילד אמנם אינו מודע לכך ואינו יודע לדבר על זה, אבל משהו בתודעה הגבוהה שלו יודע זאת והוא מתנהג בהתאם. הילדים האלו באו כדי לעזור לעולם להתפתח. זה נכון לגבי המשפחה ומתרחב משם לאנושות בכלל. ההורים, לצד אחריותם ההורית, מאתגרים ללמוד מילדיהם את מה שבאו בעצם ללמד אותם ואת העולם. למשל, אהבה ללא תנאי, שלום, אחדות, אחווה אנושית."

### מהו הביטוי הפרקטי של ההיבט הרוחני?

"כל מה שיש ללמוד, אותם אתגרים, באים לידי ביטוי ביומיום. הילדים באו לעולם כדי לאפשר לנו לחוות אחווה אנושית, שוויון (מעצם היותנו בני אדם). כאשר הם פוגשים יהירות והתנשאות בחיים שלהם או שימוש בסמכות רק כי יש לי תפקיד כזה או אחר (כמו למשל בבית הספר) - קשה להם לקבל זאת והם נלחמים. הם מנסים לקבל תשובות באמצעות תגובות מותחצפות כמו 'את לא תגידי לי מה לעשות' או 'אבל תסבירי לי למה'. אמירה מסוג 'כי אני אמרת' עלולה להיות תשובה ריקה מתוכן ולנבוע מעמדת כוח והתנשאות. דוגמה נוספת: כשילד מקשקש על הקיר הוא מבטא למעשה את היצירתיות שלו. הורה שיצק עליו או יעניש אותו יעורר בו אנטגוניזם ומרד. במקום זה הוא יכול לפתח את היצירתיות של הילד, אבל בתוך גבולות, כגון ציור על דף נייר, ולהסביר לו את ההיגיון מאחורי הדברים."

### האם אין פה העמדה של הילד במרכז, שוב?

"חשוב לא ליצור היפוך תפקידים ולאזכר כי לכל אחד יש התפקידים/ים

### חיזוק השרירים

טיפים מאת ספיר רון וזכפנה ביטלס מביית הספר להורים של "הוללה"

בני זוג העולים לראשונה ל"מגרש המשחקים" של ההורות ניצבים בפני כללי משחק חדשים. כדי שיוכלו ליהנות מהמשחק ולצאת ממנו מחוזקים, עליהם לאמן כבר בשונה הראשונה כמה שרירים חשובים: **שריר הגמישות**: אולי השריר החשוב ביותר. כשכל הכללים וההרגלים משתנים, כאשר סדרי העדיפויות מתהפכים והשגרה המנחמת נעלמת מחיינו - מי שמסתגל הוא מי שמוכן לתרגל את גמישותו ואינו נלחם במציאות המשתנה, אלא מתמסר לה ומתאים עצמו אליה. **שריר הקבלה**: לתרגל את היכולת לקבל עזרה מהסביבה ולנתב אותה למה שאנחנו צריכים באותו רגע: זמן לישון, זמן לצאת מהבית ולהתאוויר, עזרה בעבודות הבית, עצה, עידוד. חשוב ליצור את מעגלי התמיכה הנכונים לנו, מעגלים שיחזקו אותנו ולא יותירו אותנו בתחושה של חוסר מסוגלות או תלות.

**שריר הגבולות**: לדעת לזהות את הגבולות שלי וליצור מחדש את הגבולות עם בן הזוג והמשפחה, בין העבודה לבית ובנינו לבין התינוק. ליצור לכל מעגל בחיינו את מרחב המחיה שלו. **שריר ההומור**: היכולת למצוא את הרגעים המצחיקים והמשעשעים ביומיום ולחלוק אותם עם בן הזוג, היכולת להסתכל על עצמנו בסלחנות משועשעת. הומור ביומיום מכניס לפרופורציות, מאפשר להתרחק מהלחץ הרגעי. מקרב בין בני הזוג ומשחרר כימיקלים נעימים בגוף.



שלו. חשוב לזכור שכולנו שווים ולכן עלינו לפעול ממקום של אהבה. על ההורה מוטל התפקיד של חינוך הילד (במובן הרחב ביותר של המילה), אך הוא אינו יכול לנצל זאת לשליטה, להשלטת כוח ולהתנשאות. עליו להבין שכמו שהוא מלמד את ילדו, כך חשוב לו ללמוד ממנו. אין זה אומר שההורה צריך לוותר על צרכיו או על תפקידו כמחנך. המשפחה היא חברה קטנה, קהילה בזעיר אנפין, במסגרתה הילד לומד ערכים כמו שיתוף פעולה, התחשבות באחרים ואחרים.

### הגשמת החזון ההורי

על פי שיטת אדלר, יש לספק להורים בסיס ידע רחב ולא "הוראות הפעלה". דליות: "צריך להבין את הפסיכולוגיה של הילד, לעשות הקשרים של מה הוא מבין ממה שאני עושה או אומר. להבין את האדם כיצור הוליסטי כדי להבין את ההתנהגות שלו. למשל, לחשוב מה הרווח של הילד מההתנהגות שלו. הילד לא עושה 'לי', להורה, הוא לא עושה נגד. הוא עושה עבור עצמו כי יש לו רוח. כשמבינים מה הרווח שלו, יודעים להתמודד עם ההתנהגות".

### טיפים להורות טובה

מאת אפרת דולמב

- לפני שאתם רוצים להעניק לילד מה שלא נתנו לכם, ברוחו זהו צורך של הילד או שלכם.
- לפני שאתם מתחרטים או מתמלאים רגשי אשמה על איסור או על גבול שהצבתם, חשבו אם ברצונכם להיות הורה טוב, סחבק, או הורה האחראי לילד שלו.
- כשיש "אירוע" עם הילד, ברו "של מי הבעיה". כשתגלו שהבעיה היא של הילד ולא שלכם, תוכלו לפעול ולעזור.
- מעברים הם תמיד "נושא". ריטואלים של התחלה וסיום יכולים לעזור במקרה שכזה.
- התמדה ועקביות חשובות בכל תהליך. מסרים כפולים מתעתים מאוד!
- סוד האסרטיביות הוא להיות תקיף ולא תוקפן. אמרו את דבריכם בצורה ברורה, ממוקדת, קצרה ופעם אחת בטון תקיף.
- אל תבטיחו לילד דברים שלא תוכלו לקיים. הורים "מאיימים" לעתים 'אם... אז...' חשבו פעמיים אם תיישמו את ההבטחה.
- לא כמות השעות שאתם מבלים עם הילד חשובה אלא האיכות. עדיף לומר לילד 'אתפנה אחר כך' חשוב לי להיות קשוב ופנוי לך' מלעשות תוך כדי כך דברים, במיוחד אם רוצים שהתקשורת תהיה אמיתית ומתמשכת.

## מכללת רידמן במסלול חינוך להורות ולידה

בשיתוף המרכז הישראלי לחינוך ללידה



הרצאות מבוא בת"א

ב' 14/8 21:00

ד' 13/9 20:00

ד' 18/10 20:00

עם רמות המסלול אירית אלטר

הרצאות מבוא בכנרת - דולות

ד' 13/9 18:30

שמחים להודיע על פתיחת הקורסים השנתיים ברחבי הארץ

הכשרת מדריכות להכנה ללידה

הכשרת יועצות הנקה

דולות: הכשרת מלוות בלידה

הכשרת מדריכות קבוצות: לאמהות ותינוקות אחרי לידה

1800 22 09 22

מכללת רידמן



המכללה הבינלאומית לרפואה משלימה  
ת"א • ירושלים • חיפה • כנרת • ב"ש • אילת • תל-חי  
www.reldman.co.il

המכללה חברה בארגון הגג לרפואה משלימה - הלשכה למקצועות בריאות משלימים

המדרון המלא להריון ולידה 2006  
הריון יומן  
www.y-herayon.co.il

לראשונה בישראל  
פורטל על עולם  
ההריון והלידה,  
המכיל את כל  
המידע שחשוב לדעת

www.y-herayon.co



סדור SBC



## ”בזכות הקורס כולם עוזרים בבית והילדים עצמאיים מאוד. ההדרכה מספקת עזרה, כיוון. ילדים לא מגיעים עם ספר הוראות. כל ילד בא עם שיגעונות אחרים ואת מתנהגת אחרת עם כל ילד”. אורלי אדה אמא של דניאל. נעה ויונתן

משלם, ייתכן שישכים לעשות שינוי. בטיפול אישי עובדים יותר על האישיות של ההורה. איזה מין בן אדם הוא ולמה בחר להגיב באופן מסוים”.

### לא כולם מתחברים

לא נולם מרגישים שהשיטה הזו נכונה ומתאימה להם. אידיס אולאי, אמא לבנות 6 ו-9, השתתפה בסדנה ב”מכון אדלר” לפני כשנה. “יש לי תואר ראשון בחינוך עם התמחות בחינוך מיוחד ויש לי המון מודעות, באתי לסדנה כדי ללמוד, כדי להעשיר את הידע ולקבל כלים”. אבל עם כל הרצון הטוב, אידיס לא חשה בשינוי בחייה ובחיי משפחתה. “הקורס לא חידש לי דבר ולא הרגשתי שאני יוצאת ממנו מצוידת בכלים. לא התחברתי לאופן התנהלות הקורס. הרגשתי שכל אחד בא ופורק את העול השבועי של החוויות הטובות יותר והטובות פחות ושטביב זה המפגש נסוב. לא למדתי מהדוגמאות והקורס גול ממני זמן יקר וכסף”.

**האם יש ידעיות מוקדמות מההורים כדי שיפיקו את המיטב מההדרכה?**

דליות: “כדי שההדרכה תצליח דרושה מודעות. להודות שיש בעיה ושוקקים לעזרה. המנייה חייבת לבוא ממקום שבו ההורה אומר ‘אני רוצה ואני צריך’. אחת ההדרכה תיפול על אווירים עולות”. הצלחת ההדרכה תלויה, בין היתר, בנכונות להשקיע מאמץ: “מי שצריך לעשות שינוי אלו ההורים. נקודה. אחד הדברים הקשים ביותר לשינוי הוא התגובה. הילדים עובדים באינטראקציה עם מי שעומד מולם ולכן מתנהגים שונה מול אבא, מול אמא או מול הגננת בן. אנחנו לא נותנים טיפים, בוודאי לא במפגשים הראשונים. השינוי חייב להתבסס על תשתית כדורה של ידע, של חשיבה תיאורטית, בבחינת ‘למד אותם לדוג ואל תיתן להם דג’. ההפגמה של הגישה האדלריאנית אורכת זמן ומצריכה איסון. הרי אנחנו רוצים לנכס לעצמנו טבע שני”.

### מהו המסר החשוב ביותר של ההדרכה?

”חשוב שנבש דעה, חזון הורי, נבין מהו התפקידנו כהורים ונחליט על הדרכים המתאימות לנו כמשפחה. עלינו ללמד את הילד איך להתמודד טוב יותר ואין להגיע לאושר שאנחנו רוצים שהוא יחווה כיוון שמגיל 4 ואילך לא נוכל לתת לו אותו. הרי ישפכו עליו חול בגן, יברח לו פיפי, יעליבו אותו בכיתה, המורה לא תראה אותו מצביע, ואני, ההורה, לא אוכל למנוע את כל זה. ילד מרגיש מאושר אם הוא מצליח בבית הספר או אם הוא מקובל בחברה, ואני כהורה לא יכול לגרום שזה יקרה. מה שכן באפשרותי לעשות הוא ללמד אותו כשהוא קטן את הכישורים הנדרשים, כמו לדחות סיפוקים, לוותר, להנהיג או לקבל את האחר. אם אני לא לחשוב שהוא נסיך, הוא לא יהיה מקובל בחברה”.

ההדרכות עצמן מתקיימות בקבוצה. “החברותא מספקת נחמה גדולה. ההורים מגלים שיש אנשים נוספים עם אותה בעיה, אומרת דליות, לדעת דומה, מתרחשים בקבוצה שני תהליכים בו זמנית: “מסע קבוצתי” ו”מסע אישי-ווגי-משפחתי”. “כאשר ישנה הלימה בין המתרחש בקבוצה לבין החוץ, אנחנו לומדים מתוך המתרחש בקבוצה ומחוצה לה. כל אדם בעת מפגש עם האחר לומד משהו חדש על עצמו. הקבוצה מאפשרת הדדו, תמיכה, קשת רחבה של מראות. ההורה מקבל כלים יישומיים ומבין שהוא יכול לטפל בעצמו ובמשפחתו. עם זאת”, מדגישה דומה, “הקבוצה אינה מהווה תחליף לטיפול פרטני במקרה הצורך”.

דליות סבורה כי המטרות ביישון פרטני ובהדרכת הורים שונות. “היישון הפרטני נועד לספק מענה נקודתי. הוא מתמקד במשהו ספציפי ובדרך כלל אינו מתמשך על פני שנים. ההדרכה, לעומת זאת, עובדת על מודעות הורית ומציגה את הכיוון של הילד: מה הילד שלך מפיץ? מה הוא חושב עליך בעקבות ההתנהגות שלך? מה הוא לומד ממך? איזה בן אדם הוא יהיה? מה המחיר שהוא משלם? כשהורה רואה את הזווית של הילד או את המחיר שהוא

## מכון אדלר

המכון מפתח ויוזם תוכניות הדרכה להורים וילדים בבית הספר החשוב ביותר: בית הילד. תוכנית זו מאפשרת להורים להתמודד עם אתגרי הילד.

אתגר נירול הילדים

**תכנון אדלר מציב לכם ללמוד ב”קורס הורים” על:**

• כיצד להבין את הילד ואת התנהגותו  
• כיצד להבין את הילד ואת התנהגותו  
• כיצד להבין את הילד ואת התנהגותו  
• כיצד להבין את הילד ואת התנהגותו

