

ילדים (בהתלהבות)

עבודת רוגע מעל הכול
כי כשאני בלחץ. ומגיב מהר. הכול הולך פארש

מטרה כיוון, היעד

- שואל את עצמי 1000 פעם שוב ושוב מה המטרה שלי? לאן אני לוקח אותם את הילדים ואת הקשר איתם?
- כשאין מטרה – נופלים. כשיש מטרה – מגיעים (אפילו קצת)
- כשאני מתלבט אני שואל את עצמי האם זה קשור למטרה. אם כן – אז עושה. אם לא – לא עושה. המטרה מכוונת את הפעולה שלי.
- מטרות לדוגמא:
 - להביא אותם לעצמאות. להביא אותם שידעו לנהל חיים.
 - להביא אותם שיאהבו. את החיים. אנשים. התאהבות. התרגשות. **חייות** Aliveness
 - להכין אותם לעמידות. לחוסן
 - לחבק אותם. לתמוך בהם. לחזק אותם. לעודד אותם. לתת להם כוח.
 - שיהיה להם שקט. רוגע. נעים. מוגן.

אחריות. אני אחראי!

אז אם יצאו החוצה, אז אני אחראי. אני אחראי להכול. ל-הכול.
אני חייב לקחת אחריות על זה. על הרוב לפחות. ולוודא שהם מקבלים מה שצריך. שהעניינים בשליטה או בהכוונה. אני אחראי לגידול. לפתרון הבעיות. לחינוך. לגבולות. אני – לוקח/ת – אחריות!
אם אני לא לוקח אחריות באופן מודע, דברים לא יקרו.

משמעות, שליחות – להיות אמא/אבא זה משהו שווה.

אולי זה התפקיד מס' 1 שלנו. מהרגע שכבר הלכנו על זה.
מה יכול להיות יותר משמעותי מזה? עבודה? כסף? לתת להם חומר? או אהבה רוח ותמיכה? או גם וגם?
אבל מה בחיים שלי כאדם בן 30/40/50/60/80 יכול להיות יותר אחראי ומשמעותי, מלהיות אבא ואמא הכי טובים שאפשר?

ייסורי מצפון עצמיים. ביקורת עצמית ענקית

ככה חי כל הורה. וזה נורא. זה קשה המון. אתה משתדל כמו משוגע. אתה נותן את הנשמה. קורע את הטוסיק. את הנשמה. את הראש. את הכסף. עובד כמו משוגע. נותן עוד ועוד ועוד ועוד ובכל זאת – טענות. מבחוח, ומהמוח שלך. אתה – מבקר את עצמך. סיוט. חייבים לעשות משהו עם היסורים. להתייעץ. להתחזק מצוות התמיכה שלך. לקבל עידוד מצוות התמיכה שלך. לשתף. לשתף. כדי לקבל כוח. לקבל איזון ושפיות, במצב לא שפוי וביקורת עצמית עצומה. תתיעצו עם צוות התמיכה שלכם כדי לקבל בלימת ביקורת עצמית. תעשו רשימה בראש: עשיתי 1 ... 2 ... 3 ... 4 ... אני משתדל בטרופ! לדבר לעצמך בראש. לחזור שוב ושוב על הרשימה של מה שעשית. מה שהשגת. מה שכבר קרה והבאת. כדי לתת לעצמך איזון צ'אפחה של כל הכבוד.

פרופורציה

ואוו כמה זה קשה. לזכור שמזל שיש לי ילד בכלל. שמזל שמה שעובד אצלו בכלל עובד. ומזל שאין לו ... ושאין לו ... ומזל שהוא בכלל פה. וכשהם מתגייסים, הם בכל מקרה לא פה. הולכים. בקושי פה.

ואז אני אתגעגע לסמיכה שזרוקה בסלון על הספה ולריב איתו ורק לשמוע את הקול שלו או להריח את הריח שלה. וים ילדים נוסעים לחו"ל ובכלל מנהלים יחסים בשלט רחוק. כמה קשה לזכור פרופורציה, כשעפים עליהם. כשצועקים עליהם. כשהם כמעט עוזבים את הבית כי כבר אין להם כוח אלינו. ואם "ננצח" את החינוך שלהם – הרמנו אותם? חיזקנו קשר? הכנו אותם לחיים? פרופורציה מעל הכול.

פחד מדומה (זה רק בראש שלי שהוא הילד, ילך)

אני מפחד שהוא ילך
אני מפחד שהוא יעלם לי
אני מפחד שהוא יעזוב
אני מפחד שהוא לא ידבר איתי
והפחד הזה מביא אותי לקצה. לנסות לשלוט. לסגור. לכונן.
והפחד מייצר תגובה עוד יותר גרועה.
אז די. די. די לפחד. לנשום. להרגיע. לנשום.

הם לא בחרו להיוולד

לא הייתה וועדת היגוי, שהם חלק ממנה, והחלטנו ביחד: לידה!
הם לא היו שם וקיבלו נתונים על העולם הזה, על קשייו, על אתגריו, שמעו – והחליטו OK. אני הולך על זה.
הם לא קיבלו הכנה, למה מחכה להם, בגיל 9. בגיל 15. 18. 30. 50. ...
אם היו יודעים, סביר להניח שלא היו בוחרים להיוולד. לא היו מוכנים לצאת החוצה, מהרחם המוגן, לג'ונגל שבחוץ. לכאבים. לצער. לפחד. לסבל. עם כל ההנאה שיש בחיים.
אז אם אני בחרתי בשבילו להיוולד, המעט שאני יכול לעשות זה להקל על הסבל שלהם.
המעט שאני יכול לעשות זה ללוות אותם כל החיים. כל החיים. בכל מצב ושלב.
ולפחות לא לבוא אליהם בטענות חלק מהפעמים. כי הם לא – בחרו – להיוולד.

לא. מוותר. על הילד שלי. בשום מצב

לא נוטש את הילד שלי. לא משנה מה אמר לי או עשה.
הוא יכול להגיד לי: "אבא אתה מאנייק. חרא של בן אדם. מאכזב." ואני עדין לא אנטוש. אני עדין לא אנתק קשר. יש הורים שמנתקים. יש הורים שכועסים. ומתחשבים. או אומרים בלב "ככה הוא לא ידבר אלי. אני לא מוכן" והולכים. עוזבים. נוטשים. אבל אני יכול להחליט גם שאני לא אנטוש. לא אעזוב. לא אוותר עליו בשום מצב. והוא יקבל ממני בטחון, שאני בשבילו בכל מצב.
זו החלטה. זו החלטה שלוקחים ומשנה חיים.

הציפיות (שלי)

אבל הוא צריך ל... אבל מה יהיה אם... אבל הוא לא מדבר...
ומי רוצה את כל זה? הוא? לא! זו את. זה אתה. זה הציפיות שלנו מהם.
הציפיות שלנו מנהלות 90% מהתגובות שלנו. וזה הורג. זה הורס.
שאל/י את עצמך כל הזמן: של מי הציפייה הזו? מה רוצה את זה? הוא? או אני?
האם החיים שלו זה לרצות (ריצוי Pleasing) אותי? או שיש לו קיום Existence בחיים האלה, שאינו קשור אלי. מי אמר שאני יודע מה נכון לו? מי אמר שהוא צריך ללכת בדרך שאני רוצה?
"הוא לא מדבר". הוא חייב לדבר איתך כי את רוצה שהוא ידבר?
מי אמר שרע לו בתוכו עם עצמו עכשיו לשתוק קצת? מי רוצה שהיא תרקוד בחוג? את? או היא?
מה שטוב לך זה החשוב, או מה שטוב לה?

הורים שמחים (לך טוב = להם טוב)

רוב ההורים שמחים? או עצובים? קלילים? או כבדים? מגניבים? או בראש של "דודה ודוד"?
כי אם ההורים כבדים, או פרצוף רציני/עצוב, אז איך יהיה הילד? מה יקבל? והוא ירצה להיות איתם?
ים הורים דיכאוניים. מיללים. פרצוף כפוף. אז מה יצא מזה? מה יתפתח מזה?
וההורה בטוח, שהוא בסדר. כי הוא מפרנס. ומביא חוגים. ובגדים. ואיי פון.
אבל הפרצוף שלו על הפנים. מדוכא מהגיל. מדוכא משנים של שחיקה. חופר (דיבורי יתר). כבד.
מביא את הבעסה של החיים שלו – לילד. דרך הפנים. הפרצוף. ההליכה. הלבוש הכבד.
זה פי 1000 יותר הורס, מכל הפרעת קשב. או כל עניין אחר. הבעסה/כובד של ההורה.
מסקנה?

קודם כל תעבוד על החיים שלך. על שיפור החיים שלך. לך טוב = להם טוב. חרא לך = חרא להם.
זוגיות מדשדשת? עבודה על הפנים? השמנת מאוד? שונא את עצמך? בדיכאון/ציפראלקס?
תעבוד על עצמך. תעשה ספורט. תפחית פחממות ב 50%. חפש משמעות בהתנדבות. תצטרף לקבוצת
ריצה. תעשה קרחת. תעשי שיער אדום. תפתחי עסק עצמאי. משהו.
אבל אם אתה לא עושה כלום עם הכעס שלך על החיים, זה עובר ישירות אליהם.

בית שמח. אווירה

נעים. חם. שטיח אולי. חלונות פתוחים הרבה. אור טבעי. צבעוניות. אביזרים ילדותיים קצת ולא רק מעוצבים
מפונפן. לא מעוצב קר. לא רק fine אבל בלי חום. קצת בלגן חחח טלוויזיה על MTV (מוזיקה) ברקע בבוקר
ובערב. נרות גם בסלון וגם במטבח כמעט כל ערב. תמונות של אירועי משפחה על המקרר או לוח שעם.
צחוקים. שטויות. הצקות קטנות של אהבה. ריחות של בישולים (קונים בחוץ ומחממים. סתםסםס). שניצלים.
גולאש. ג'חנון בשבת.

דוגמא אישית. מודלינג

נגיד שאתה שמן. נגיד שאת אוכלת פסטה וצי'פס? נראה לך שהילד שלך יאכל בריא ויהיה רזה?
לא ממש.

נגיד שאתה לא עושה ספורט. נגיד שאתה צועק. נגיד שאתה ... והילד שלך יהיה אחרת?
הרי מתוך 100% דיבורים, מה שמשנה, זה איך אתה. זה מה שהילד רואה. זה מה שהוא יחקה (חיקוי).
אז במקום לדבר – תעשה! לעשות. תעשה אתה את השינוי שאתה רוצה בילד.
תעשו כל המשפחה את השינוי, ביחד.

הורה מדריך. מאמן.

איך עושים. מראה איך. יד ביד. צעד צעד. בוא תראה. בואי תראי.
אם עושים 1,2,3 ... אז מקבלים ...
הורה מדריך עסוק בלהדריך. כמו בעבודה. כמו איך לבשל. מביא טיפים. טריקים.
איך לשמור על כסף. איך להגיב כשמישהו מעליב. איך לסדר תיק. איך לשים תזכורת ביומן.
בלי כעס. בלי עצבים. בסבלנות. זה קשה הא? איך היית רוצה שידריכו אותך?
נגיד שאתה בן 30. או 50. ואתה לא יודע משהו. אז איך היה בא לך שידריכו אותך?
אולי ב-קצר ולעניין. הכי פשוט. משפט 1. הרי גם לך אין סבלנות לקבל הדרכה. אז להם? ...
מדריך הוא מעודד. מייצר מוטיבציה. "מוכר" למודרך מה יצא לו אם.
משפטי הדרכה:

- ת'סדר ת'חדר דקה = שקט אחרי זה ליום
 - שים קצת כסף בצד – יש לך לברד וסנוויץ' בבה"ס
 - שים טלפון ומפתח בסלסלה = פחות עצבים בבוקר
- המבנה הוא המלצה קודם, ותועלת שיוצאת מזה אחרי זה. או ליהפך.

- רוצה שקט? תסדר חדר ושים טלפון ומפתחות בסלסלה קבוע.
- להיות הורה מדריך.

עידוד לניסוי. להתנסות. לסקרנות.

לטעות. לנסות. ליפול. לקום. לנסות שוב. לנסות 100 פעם. ושיידעו, שאם זה חשוב להם, אז לפני 99 ניסויים של משהו לא מרימים ידיים. שיהיה להם מספר בראש שהוא היעד לכמות הניסויים. וכשהם מועדים, לא לרוץ להציל אותם בקטע של פחד. לעזור. אבל לא להגיד "זהו. בפעם הבאה אתה לא ...". המטרה היא שידעו שלא הורגים אותם על טעויות. כי רק ככה הם ימשיכו לנסות. עם יענשו או יקבלו צעקות על ניסוי, הם יחדלו לנסות לעד לפעמים.

- ניסוי לבשל
- ניסוי לעשות ביצה לבד
- ניסוי לחתוך סלט לבד עם סכין (כן כן. אבל בזהירות)
- ניסוי ללכת לבד לסופר כשמותר
- ניסוי למכור לימונדה במדרחוב
- ניסוי .. ניסוי ... ניסוי ... גם אצל גדולים (נדבר על זה אחרי זה תיכף)

הגברת חווית מסוגלות (של אני יכולה! אני מסוגלת!)

כשילד מנסה כל מיני דברים כמו נגינה, לרוץ, לבנות, חוג, חברים, נסיעה ... נוצרת לו תחושה של הצלחה. התחושה הזו של הצלחה סופר חשובה אצל ילדים. ואני אמור לעודד אותה. תחושת הצלחה בילדות = יזמות, בטחון עצמי, דימוי עצמי גבוה, בבגרות.

- אז תראה לי מדי פעם שכבר הצלחתי. שכבר עשיתי.
 "מתג" לי וצורב לי במודעות: "כבר עשיתי! כבר הצלחתי! בלי ששמת לב":
- התחלת בה"ס – עוד כיתה – עוד כיתה – עוד כיתה - ...
 - ניסית חוגים
 - אופניים ... שחייה ... כדורסל ... לגו ... צופים ...
 - חברה/ה – באו ... הלכו ... החלפת ... שרדת ...

הגברת תחושה של שליטה בחיים אצל הילד (רמת מוקד שליטה פנימי)

מחליטים עלי. קובעים לי. יש בה"ס עם גבולות. יש צבא. יש הורים. שביחד או מתגרשים. איפה אני פה? מה איתי? איך אני מסתדר בכל הקרוסלה הזו שאני בתוכה?
 לחפש איפה הוא כן קובע. להתחיל לשחרר להם החלטות שהם בוחרים.

- חוג? את/ה בוחרים
- משעמם? אתה בוחר מה לעשות. האופציות הן ...
- אתה יכול להישאר בבית ולא ללכת לאמא/אבא. זו גם החלטה שלך.
- ביגוד באירוע? תתפרע/י (: תבחרי את. אבל שלא יברחו מאיתנו ... (:
- האופציות הן ... ההשלכות הן ... את/ה בוחרים.

ככה לדבר.

ואז הם מרגישים שיש להם שליטה. שהם בוחרים.

הגברת אהבה עצמית, והפחתת שנאה עצמית

כי רוב הילדים לא קרועים על עצמם. רוב הילדים לא עפים על עצמם. הרוב די מבקר את עצמו. בא לעצמו בטענות: אני לא מספיק ... אני לא יפה ... אני לא גאון ... אני לא ...
 אני לא מספיק ... אני לא מצליח ל ... ועוד לא דיברנו על אני שונא את עצמי ואת החיים.

הורה שמלמד מה זה חיים. כמה החיים סבבה. שהחיים יפים

שיש ריחות מדהימים של בושם וטבע וחרצית ויסמין ותפוז וריח גשם. ריח אוכל.
שיש מוזיקה אש. טראנס. RAP. קלאסית. BACH.
שיש ביגוד מדליק. צבעוני. נעים. בדים נעימים.
שיש אוכל טעים בטירוף. גלידה. קציצות. רוטב לאורז.
שיש אהבה. התאהבות. דופק. עיניים טובות של אנשים. גוף נעים.
שיש חיבוק. יד. מסאז' קרקפת.
שמש. גשם. זריחה. שקיעה יפה. עננים יפים. עצים מגניבים. חיות מדליקות. צחוקים. שטויות. מקלחת
כיפית. אמבטיה. ריקוד!

הקשבה לילד

1. **סתם הקשבה** – הוא בא ומספר לבד. עוצרים הכול. שמים טלפון בצד. גוף לעבר הילד. ומקשיבים.
2. **הקשבה Super** = שואלים עוד שאלות. מתעניינים. שואלים פרטים על הנושא. גם אם לא מעניין אותך, אז מעניין אותך שזה מעניין אותו.
3. **שאלות:** מה היה? איך היה? היה טוב? הרגו אותך (: ... או היה בסדר? עבר סבבה?
4. **התעניינות בתכנים שלהם:** יוטיוברים מגניבים להכיר בשם (לוגו), סרטונים שהם רואים, משחקים ב Xbox או ב PS, ...
5. **סתם שקט לידם.** יושבים בשקט. כתף לכתף, רואים טלוויזיה ביחד. בלי דיבורים. רק ביחד. בשקט. אמון. בטחון.

הורה פתוח. אוטנטי. עם הכשלים שלו

הוא התקשר אלי ועניתי "כן" בקצת עצב. הוא שאל אותי מה נשמע, ועניתי: חרא.
דיברנו. הוא עודד אותי (הבן הגדול שלי) והמשכנו הלאה בחיך.
בפעם הבאה שהוא יהיה עצוב, הוא יגיד לי. הוא ישתף. כי גם אני שיתפתי. אם אני לא מוכר לו עולם מושלם, אז גם הוא לא ינסה למכור לי עולם כזה. אם אני מוכן להיות איתו כשאני כאילו "פגום" אז גם הוא. ואם אני אהיה סגור, אז גם הוא. לא להיות מושלם. להיות אתה. אם אצלי הכול בסדר, אז מה זה אומר עליו כשאצלו לא בסדר? אנחנו אנחנו. עם הטוב, ועם הרע.

שפה נכונה (לא "של פעם")

כפרה של היקום / נשמה / "באקשה" / ברור ... / קשה רצח / אין מצב / אח שלי / מי גאון של אמא מי / פוצץ (לא קרה בסוף) / ...
שפה של דודים דודות לא תעבוד. שפה יפה מדי. שפה גבוהה. לשים לב שהשפה עממית משהו לפעמים, ולא תמיד גבוהה. אני לא מדבר על שפה נמוכה. לא קללות. אבל שילוב בין שפת מבוגרים ורצינות לבין גרוביות (משהו מדליק).

סוגי עידוד

1. **איך אני עוזר לך?** מה את צריכה? סגור. עלי.
2. **תודה מותק.** עזרת לי מאוד.
3. **נשמה שלי.** מלאך (אהבה)
4. **מקסים, יפה, שיחקת אותה,** זה ממש וואוו, יאללה, דיי, מגניבבבב, מהמססס, תותח את/ה
5. **אל תוותר.** תשמע. לא להרים ידיים. שווה להמשיך
6. **יא קסם.** מלאך. יש לך לב עצום. ראש חזק. יא גאון (עידוד על תכונה)
7. **תגידי!** תגידי את מה שאת חושבת. לא להחזיק בבטן! את חכמה! תגידי!

8. **תעשי. תנסי!** אל תפחדי לנסות. קדימה! תקפצי למים. עושים קצת, מנסים, לא מתאים? חותכים אחורה. אבל מנסים.

9. **מה שיפה בזה, זה ש...** (עידוד מדויק. ספיציפי)

כבוד לילד

לשאול אותו: איך אתה היית עושה את זה? מה אתה ממליץ כדי ש? אני מתייעץ איתו על פתרון הבעיה, במקום להגיד לו: תעשה ככה! במקום לפקוד עליו – מתייעץ איתו. זה ראש אחר של הורות. זה מכבד. או מזמין אותו ואומר לו: בוא חשוב ביחד. קרה ככה וככה. זה לא יכול להמשיך ככה. אז מה עושים? ועושים כמו ברית/תכנית, שמנסים אותה מעכשיו.

חלק גדול - לא יצליח לך

אני חייב להשלים, שחלק גדול מזה לא יצליח לי. ובטח שלא בטווח קצר של ימים ושבועות. דברים בחינוך לוקחים חודשים ושנים. אני יכול לצפות מקסימום לשינוי קטן, ואחרי הרבה זמן. כל ציפייה גדולה יותר לשיפור גדול ומיד, אינה רציונאלית. אנחנו קוראים לזה "מילימטר של שינוי זה גם טוב".

יש הפתעות

ילד שנראה גמור, אבוד, הופך ללוחם ביחידה מובחרת ופרופסור בפרינסטון. ילד עם טיקים עצומים בכל הגוף, שאתה בטוח שחייב מיון כל פעם שזה בא - אחרי שנה הכול עובר. ילד שחזק בסמים, אתה בטוח שאיבדת אותו – ומשתקם. ילד שמן מאוד, שאתה "מת" מזה (קשה לך עם זה). ומנסה הכול. ואחרי שנתיים חתיך הורס. דברים משתנים. אצל משפחות אחרות ואצלך. רק אמונה. רק להמשיך בדרך. ולדעת, שיש שינויים. ובפעם הבאה שאתה נכנס לסרט בראש, שהכול בקנטיים (גמור), תזכיר לעצמך את הפעם האחרונה שהיית בטוח ככה, וזה עבר (:)

מעורבות של האבא

באיזה ימים החוגים של הילד שלך? איזה חוג יש באיזה יום? מי משנע (מסיע) את הילד שלך לחוגים בצהריים? באיזה ג' הבת שלך? ג2? ג4? חלק לא יודעים. באספת הורים של הכיתה, למה מתוך 30 איש, 27 זה אימאהות? איפה האבא? אספת הורים זה לא חשוב? איזה מסר זה לילד? איזה מסר זוגי זה אחד לשני? למה אחד אמור לאכול את זה לבד? מתי השיננית הבאה של הילד שלך? איזה קרם נותנים ליובש שלו ביד? איך קוראים ל 3 החברות הטובות שלה? יום הולדת הקרוב סגור? יודעים מה עושים? מי פולה כינים? אתה? היא? (:)
אבא מעורב. קונספט חדש. קונספט העתיד.

אמא חופרת

אמא חופרת זו התופעה הכי רווחת והכי מסוכנת לאמא. כשהמחלה הזו קטנה, זה רק ייגמר בריחוק של הילד. כשהמחלה הזו כבדה, זה ייגמר בכעס. ניתוק. ונסיעה של הילד לארה"ב כדי להיות רחוק מהחופרת. איך לזהות שאת חופרת?
1. את יודעת את זה.
2. גם אחרים מתלוננים עליך (:)
3. משפט שלך הוא 5 בעצם, או 20. וקטע דיבור הוא כ 5 דקות.

דוגמא הפוכה לחפירה = אייקון / אימוג'י / אגודל למעלה / סמיילי ... או משפט של 5 מילים גג.
כן / לא / מה הולך / סבבה / הכול תקין? / זה דוגמא לשאלות קצרות וטובות.

אם האובייקט (הילד) לא ענה, ואת בכל זאת חופרת שוב ושוב, והחיה מתחילה להצביע על מצוקה, את אמורה לקלוט ולסגת. לא תיסוגי? SOS של הילד ואת מסומנת.
שנה של חפירות = 30% ריחוק. שנתיים של חפירות = התחלה של קרב. קרב = בי בי לקשר. היום, או בעוד 10 שנים כשתגיע הנקמה. לא חבל? די לחפור. לנסות לקצר. ואם השני אומר די, אז די.
קטע זה נכתב בלשון זכר מטעמי אמינות בלבד. יכול להיות שיש גברים חופרים גם. אבל זה זן נדיר.

זמן איכות ביחד. בונדינג (חיבור)

1. הסעה ממקום למקום = 10 דקות או יותר של ביחד. זה מעולה! הזדמנות. בלי חפירות
2. מלון לילה ביחד עם הילד. 1 על 1. כנראה ש 1 על 1 זה הכי טוב. טיסה אילת.
3. הזמנה לדרינג ביחד (שוקו / קולה זירו / תפוזים / Rebar) או ארוחת ערב במסעדה שווה או שווארמה או פלאפל
4. לנסוע ביחד רחוק. מצפה רמון. ראש פינה. הנסיעה של שעתיים ביחד עם מוזיקה באוטו (RAP), אחר. לתת להם להתחבר ב וואי פאי או בכבל אוקס ולהיות אחראים על המוזיקה)
5. שופינג ביחד. רק אתה והוא. את והיא.
6. חוויה: ים. קורס SUP. סדנת בישול.

כשקורת תקלה. עצבים. כעס

1. לא עף עליו מיד
2. לוקח לנשום (לו, ולי) כמה שעות
3. מתייעץ עם צוות התמיכה שלי מה לעשות
4. מפרק את הכעס/מענה, לכמה חלקים – לא בבת אחת
5. מנסה להבין את הסיבה. המניעים. המקור. ואיך מונעים את המקור.

עונשים

- זה עוזר? זה כבוד? אתה היית רוצה שיענישו אותך? זה עזר לך?
- הכעס, העלבון, הבעסה, כבר עובדים על השינוי והשיפור טבעית. צריך גם עונש?
- עונש זה לא השפלה? עונש נותן לילד שיש לו שליטה על החיים שלו?
- ואם נעשה עונש, וזה בכל זאת יקרה שוב, אז נחזק ונעלה את רמת העונש?
- אולי צריך לשוחח? להסביר? שוב ושוב ושוב (כן. 1000 פעם)
- אולי צריך להבין את השורש של הבעיה/התנהגות ולעבוד עליו? מה חסר, שמוביל להתנהגות הזו?

כן להציג בפניהם השלכות (המחיר של)

לדבר איתם על מה קורה כש. מה יכולות להיות התוצאות של המעשים האלה. לאן זה יכול להוביל. מה יכול לקרות. כמו יועץ. או חשיבה משותפת. אם הם מבינים את ההשלכות, הם יכולים להחליט בעצמם אם הם הולכים בדרך הזו פעם הבאה.

תהיה פשוט אבא

- במקום להעיר
- במקום להיכנס בו
- במקום לאיים

במקום – לחנך ולהראות השלכות

פשוט לחבק

פשוט להתעניין

פשוט לחזק

וזהו.

היום לדוגמא שכחתי פשוט להיות אבא, ויוני (היועץ שלי) הזכיר לי.

הפחדות (להפחיד אותם). אימים (לאיים עליהם)

זה עוזר? זה עובד? לא ממש. זה מלחיץ. זה מפחיד.

אפילו לשקף להם את ההשלכות של המעשים שלהם לפעמים זה יותר מדי מפחיד. הם בנויים לקבל את זה חזק לפרצוף? אולי לאט יותר?

לחץ 7

מעל לחץ 7 הם (הילדים) מתפוצצים. קיר ההקשבה יורד ויש מחסום. הם כבר לא קולטים. במהלך שיחה, לשים לב שאתה לא מלחיצים אותם יותר מדי מעל רמה מסוימת, שממנה כבר אין בכל מקרה יכולת "לעבוד" ביחד.

להגיד לו/לה: סליחה

אם עף לך הפיוז. אם הבאת את הילד ליותר מדי לחץ או סתם טעית בתגובה, אז לדעת להגיד: "סליחה. טעיתי. זה היה מדאגה..." לדעת להתנצל. זה בונה אמון. להתאמן בלהגיד סליחה. להגיד יותר סליחה. ואחרי זה לנסות לפתור את זה.

סאחבק שלהם

לא בטוח שזה תמיד נכון להיות אחוק שלהם. סביר להניח שהם לא רוצים את זה. ובטח שלא צריכים את זה. אפשר להיות ידידותי. יועץ. חצי חבר. אבל אתה לא על המשבצת של חבר. של אחוק. ובטח שלא הגנוב שאמור לשתות איתו אלכוהול או לעשן איתו. אולי פעם אחת בשביל הספורט. אבל זהו. אתה המוביל. העוגן. היציבות. השקט. האחריות. לא הסאחבק.

בניית צוות יעוץ

- לחפש שוב ושוב ושוב ושוב עד שמוצאים את המתאים.
- עובדים סוציאליים קליניים, לפעמים עוזרים יותר מפסיכולוג וקאוצ'ר
- כשהיועץ בא הביתה אל הילד, זה עוזר לפעמים. המון. כדי שתהיה פתיחות מהילד ליועץ
- במקרים רבים שווה לקחת case manager שמאחד את הפעילות מול ההורים, בית הספר, והמטפלים הרפואיים האחרים, ביטוח לאומי/רשויות אחרות

עוד נושאים שנפתח:

בעיות עם חברים

מסכים

עזרה בבית

חדר מסודר

תיק בה"ס

מקלחת

שקרים

לא מודיעה על איחור / שעה מאוחרת
לבוש חושפני מדי
אוכל. תזונה
ספורט
סיגריות
סמים
אלכוהול
טיקים
הפרעות קשב
היפר אקטיבי
קעקועים
פירסינג
גירושים
צרכים מיוחדים
לקויות למידה
דיכאון חשיבה אובדנית
תיאוריה ורישיון
בגיל 18 הם עוזבים את הבית לצבא
את לא מבינה אותי