

**איך אעוודד את ילדי לפנות אלי לעזרה?**



האם אתה מאמין שהילד שלך פונה אליך תמיד בכל נושא בו הוא זקוק לעזרה?

האם, לאורך השנים, ארע מקרה בו, בדיעבד, הבנת שילדך נמנע מלשתף אותך בבעיה עמה התמודד בשל אחת מהסיבות הבאות:  
התבויש, een מהתערבות יתך, לא האמין ככוחק עצלוק, לא een  
שנה קשור אליך, een תרצה עצלוק לו, een מתכעס, een  
מתכעס בו, een לפכאז בק, חס עליך?

האם, לאורך השנים, היו רגעים בהם שאלת את ילדך אם הוא זקוק לעזרה והוא הדף אותך?

האם, לאורך השנים, היו מקרים בהם ילדך פנה אליך לעזרה רק בשלב מתקדם של הבעיה?

האם גם אתה לפעמים נמנע מלבקש עזרה?



**פנייה לעזרה היא התנהגות אנושית שכיחה כמעט כמו ההימנעות מפנייה לעזרה.**

**כולנו, מבוגרים וילדים, חושבים פעמיים לפני שאנו מגייסים אדם אחר לתוך העניינים הפרטיים שלנו.**

**גם בעידן הגלובלי והמקוון, בו נדמה כאילו הכל חשוף, נאמר או נכתב, הרי שעדיין, בכל הקשור למצוקות הלב, רב הנסתר על הגלוי.**



**כולנו שואפים שילדינו יהיו עצמאים, יסתדרו לבד ויסמכו על עצמם.  
אולם - במצבי לחץ, פגיעה או קושי אנו מצפים שיספרו, ישתפו  
ויחלקו אתנו קשיים ובעיות. שלא יישארו לבד בכל הקשור להיותם  
מוגנים ובטוחים.**



**אל מה עושים עם הקושי לדבר על הקושי?**

**שאלנו נערים ונערות, אבות ואמהות  
מה אנחנו, ההורים, יכולים לעשות, כדי שלילד שלנו לא יהיה  
קושי לדבר על קושי?**



העצה של **דולף** – תסתכל עליו, תראה את השינויים שמתחוללים בו, זהה את הבעיות שהוא לא מצליח לתאר לך במילים. שים לב לפרטים קטנים, תשמע גם את מה שלא מדובר, תראה גם את מה שלא גלוי לעין.



העצה של ליל – אל תשאל אותו "מה שלומך?" תסמן וי על  
"השיחה" ותמשיך הלאה. תשאל שוב ושוב. שיגרה של שאלות,  
שיגרה של התעניינות, כי הבעיות, הפיתויים וההתלבטויות לא  
מתרחשים ברגע אחד בזמן. כדי לא להחמיץ את הרגע המדויק,  
תשאל שוב ושוב.



**העצה של כ'א' – תהיה בקשר טוב עם החברים של הילד שלך.  
תוודא שהם מכירים אותך ומרגישים נוח בסביבתך. ברגע הנכון, הם  
יוכלו לפנות אליך כדי לגייס אותך למענו.**





העצה של **אוקה?** – אל תשאל את הילד שלך "מה שלומך?" כמו  
חבר לחבר. תשאל "מה שלומך?" כמו מי שאתה - האדם המבוגר  
והאחראי שאוהב אותו ושומר עליו.



**העצה של שמר – אל תיבהל אם אתה לא שומע אותו, פשוט, תמשיך  
לנסות למצוא את הקול שלו. אתה צריך להעביר ערוצים בשלט עד  
שאתה תגיע לנקודת הקליטה והוא לנקודת השידור.**



**העצה של שׂירה – תן לו דוגמא. תספר לו על היומיום שלך, תבקש ממנו גם אתה עזרה כשאתה צריך. עזרה מעשית, שיתוף בתסכולים וכעס. תבקש ממנו תמיכה כשזה נכון לך. אם זה יהיה הדיבור בינכם, ברגע הנכון, הוא "יחקה אותך".**



העצה של אורי – כשהייתי קטנה אמא שלי למדה אותי את "חוק הכינים", זה אומר שאם בסירוק במסרק צפוף, מצאת בראש של הילד שלך רק כינה אחת. זה אומר שהייתה שם לפחות עוד כינה שהתחמקה מהמסרק שלך... ככה זה גם עם בעיות. אם הילד שלך שתף אותך במשהו אחד, יש סיכוי גבוה שמסתתר לו איפשהו עוד עניין, תמשיך לסרק....



**העצה של ליהי – תציע, תהיה נוכח, תהיה בקשר איתו כל הזמן, תהיה מעודכן בחיים שלו 24/7, לא ממקום של שליטה וחיטוט אבל כן ממקום של עניין והכרות. תדע שמות של מורים שלו, שמות של חברים. תדע את הלו"ז של האימונים והחוגים, תדע מה הוא אכל היום ומה בא לו לאכול מחר, איזה מוזיקה הוא אוהב, איזה מותג הוא מחפש. תתעניין בפרטים הקטנים, תהיה בקשר.**



העצה של **אופ"ר** – תהיה מבוגר חזק, תסמוך על עצמך. אל תיבהל  
אם הוא כועס או נעלב. אל תהיה עסוק ב"אם הוא מתנהג אלי ככה  
אז גם אני אשמור מרחק". תהיה חזק מול הכוחות שלו והוא ילמד  
לסמוך על הכוח שלך.



העצה של אריאל – תהיה זמין לילד שלך, לא רק בטלפון. תהיה ממש מול העיניים שלו כמה פעמים ביום, תסתכל עליו, תיגע בו, תדבר איתו. תהיה בחיים שלו.



**העצה של ע' – תעודד את הילדים שלך לשאול את האחים שלהם  
מה נשמע. אחי זה הכי...**





העצה של *f6* – כשהילד שלך פונה אליך עם בעיה "קטנה",  
לפעמים זו הדרך שלו להתאמן על פנייה לעזרה בנושא גדול יותר.  
תשתדל לעזור לו גם במה שנראה חסר חשיבות ומוזר בעיניך... זה  
יעזור לו לפנות אליך בהמשך בעניינים רציניים יותר.



העצה של ספי – לפעמים הילד שלך משתמש בהקדמות ארוכות...  
"עשיתי משהו שלא תאהב לשמוע" או אולי "יש לי משהו ממש לא  
טוב לספר לך". נכון, זה בטח מבהיל אותך, אבל זה רק בגלל שגם  
הוא במתח. תנסה לומר לו – "אולי לא אוהב לשמוע את זה, אבל  
חשוב לי לשמוע את זה כי אכפת לי ממך. ספר לי מה קורה ואני  
אעזור לך."



והטובה בעצות - היא העצה שהיא *שלך* ייתן לך ....



# מועד האהבה ליהודי ישראל

אגף תכניות סיוע ומניעה בשפ"י, משרד החינוך  
כתבה: אורית ברג  
קיץ, תשע"ה

