<u>על גבולות ועל מה שבתוכם /</u> הרב יוני לביא

<u>ראשי פרקים:</u>

- **ממאפייני העידן המודרני:** "העולם שייך לצעירים" **- פגיעה בהיררכיה** וכרסום בעמדה של בעלי סמכות – הורים, מורים, רבנים.
- החשש של הורים להיות סמכותיים מחשש שזה יגרום לריחוק מהילד וייפגע בקשר איתו.
- זו **טעות יסודית**: **ילדים חייבים גבולות!** זה העוגן שלהם. בפרט בעולם מבלבל כמו שלנו.
- **התנאי:** המרכז הוא אהבה, חום, הכלה, לומר 'כן' – כשאפשר. בתוך זה מעט ה'לא' – משתלב מצוין.
- **נחרצות ובהירות –** כשההורים ברורים ונחושים – הילד קולט היטב את המסר.
- **תיאום עמדות בין ההורים**. לברר בינינו את העניין ולהציג לילדים עמדה אחידה.
- **התמודדות עם שיטת ה'כולם'** ("לכולם מרשים/כבר קנו ורק לי לא..."):

א. לבדוק בשטח מה באמת המצב. ב. זכותנו לקבוע מה נכון לילד שלנו גם אם זה שונה מאחרים.

- **סגנון הצבת גבולות משתנה עם הגיל** – אצל צעירים: אמירה/הנחתה. ככל שגדלים – יותר שיח.
- **לא לחזור על אמירות שוב ושוב * לא להרים את הקול ולנהל את הבית בצעקות.**
- **לא לפחד מעימות** - מי שמכורים לשקט לא יכולים להיות הורים. לקחת בחשבון שיכול להיות עימות כשנתעקש על עמדתנו. אם נהיה נחושים בסופו של דבר נצליח.
- בעולם שמדבר כל הזמן על **'זכויות'** לחנך **לשליחות, אחריות, מחויבות וחובות.**
- **תגובות שגויות של הורים לסירוב של ילד:**

איומים ("אם לא תעשה, אז...")
שוחד ("אם תעשה, אני אתן לך...")
עלבון ("גם אני לא תעשה כשאתה תבקש ממני")
לעשות במקומו

- חשוב לחנך ילד **להיות שותף** ולתרום לבית.

<u>הצבת גבולות וקביעת כללים באופן נכון:</u>

1. **ליצור הרגלים ודפוסי התנהלות נכונים** מגיל צעיר.
2. **לשמור על רוטינה** - סדר יום מובנה: **שעות קבועות** של השכמה, ארוחות, גישה למחשב, שינה וכו'.
3. **מחויבויות** (ש"ב וכדו') **לפני הנאות!**
4. **הכינו את הילדים למצבים קשים והגדירו ציפיות**
5. **נסחו את הבקשה מהילד כהוראה**. עשו זאת בקול שקט, ובאופן קצר וממוקד.
6. **לעמוד בסמוך לילד תוך יצירת קשר עין.** לא לצעוק מחדר אחר. לא לשלוח ווצאפ...
7. **שבחו את הילד כשהוא משתף פעולה * העניקו סיוע** בעת הצורך
8. **והעיקר! אל תוותרו**. זה מלמד אותו שמילוי בקשה שלכם נתון לבחירתו.
9. סוד ההצלחה: **עקביות, נחישות ונעימות!**
10. **התחצפויות –** לעצור מיידית ולהבהיר באופן נחרץ: כך לא מדברים. נסה לבקש שוב כמו שצריך.

<u>מה לא לעשות?</u>

א. לא להטיל סנקציות מוגזמות או ארוכות טווח. שיהיה **קשר הגיוני בין המעשה לתוצאה שלו**.
ב. לא להסביר בזמן אמת 'למה'.
ג. לסרב לקבל השוואות בין הילדים וטענה 'למה אתם לא מבקשים ממנו?!'.

* לצד העיסוק **בגבולות** לא לשכוח את **התוכן שיש ליצוק לתוכם**. לא רק 'מתי אתה חוזר?' – אלא 'מה אתה עושה כשאתה בחוץ'. **נוכחות הורית!**

דף סיכום להרצאתו של **הרב יוני לביא**, מנהל מוקד "חברים מקשיבים" לנוער לסדרת וידאו חדשה **"מחנכים באהבה" –** ארגז הכלים להורים, חפשו: <u>המכללה הוירטואלית לחיים</u>
לחומרי תוכן מגוונים להורים ומחנכים – האתר 'מילה טובה': **milatova.org.il**
לקבלת וידאו קצרצר בכל יום שישי עם **הארה לקראת שבת** שלחו הודעה למס': 054-6702313
לב אבות קו היעוץ להורים - טל': 02-9973232. יעוץ חינם ע"י רבנים ופסיכולוגים