

המדריך המושלם לאביב 2008

אירועי
פסח 2008
לכל המשפחה
(גם מחוץ לעיר)
עמ' 52

TimeOut

ילדים

איזה מיץ הורים אתם?

12 טיפוסים הורים. כל אחד וסגנון ההורות שלו

* פעילויות ותרבות * חינוך * בריאות ואוכל * אופנה ועיצוב

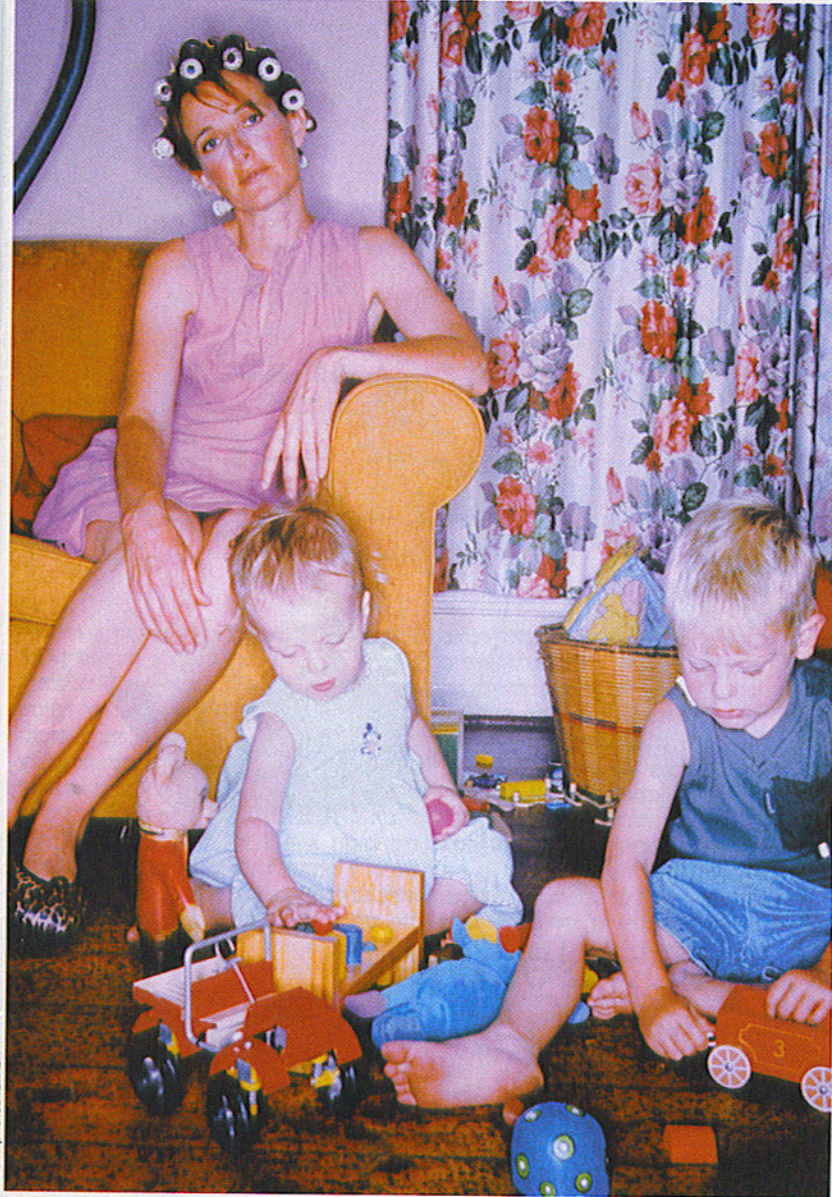
כנגד

12

טיפוסי הורים

כנגד ארבעה בנים דיברה התורה, וכל אחד מהם טיפוס בפני עצמו. אך מי ימנה את טיפוסי ההורים? איך תוכלו לדעת איזה מין הורים אתם? מהו סגנון ההורות שלכם? במה הוא מתאפיין וכיצד הוא משפיע על התפתחות ילדיכם? כתבתנו שוחחה עם המאמן הזוגי

והמשפחתי גדי רוזן, המנחה הורים במכון אדלר, והוא נותן בהם סימנים // **רותי קדוש**



visualphotos.com

ההורה המתלמד

1 **אפיונים:** הורה צעיר, בוסרי וחסר ניסיון. אינו בטוח ביכולות ההוריות שלו ובמסוג-לותו לגדל תינוק. לרוב מדובר בהורים לילד ראשון, נרגשים ומתפעלים. בתוספת של שאלות רבות ומעט תשובות. חלקם מסרבים לשמוע עצה או לקבל עזרה ומעדיפים לגדל את הילד תוך ניסוי ותעיה ("שלא יציפו אותי בעצות סבתא"). גם אם התינוק בוכה כל הלילה והם חסרי אונים, הם מעדיפים להתמודד עם הקושי לבד, ומפ-סידים ידע שממילא קיים, אף כי חלק מהם "נכנעים" ובשלב מסוים פונים לקבלת ייעוץ והדרכה. הגישה הזאת נובעת לעתים מחוסר שביעות רצון מהוריהם ורצון לעשות בדיוק ההפך מהם.

אמירה אופיינית: "אני לא אחיה כמו הוריי". כל הורה חדש הוא מתלמד.

המלצה/הערה: לא להיות שיפוטיים כלפיהם, כי

ולד לכם תינוק ואתם מעדיפים לגדל אותו בדרי-ככם. מסרבים לקבל הדרכה מבעלי ניסיון? הבת הקטנה יצאה לטיול ואת לחוצה, לא מפסיקה להתקשר לנייד לוודא שהיא שותה, שלא איבדה את הכובע או את הקבוצה? ויתרת על הקריירה, הקרבת את עצמך למען הילדים, מה לא תעשו למענם? הבן המתבגר מוזמן חברים, אתה נכנס לחדרו ומתיישב. מלטף את הקרחת, גם את העגיל באוזן, ומספר לחבר'ה סיפורי גבורה משירותך בסיירת? כמה טיפ-סי, או שלא...

כבר ידוע שיש טיפוסי ילדים, כל אחד הוא טיפוס בפני עצמו. אך מי ימנה את טיפוסי ההורים? איך תוכלו לדעת איזה מין הורים אתם? מהו סגנון ההורות שלכם? במה הוא מתאפיין וכיצד הוא משפיע על התפתחות ילדיכם? שוחחנו עם המאמן הווגי והמשפ-חתי גדי רוזן, מנחה בכיר בקבוצות הורים במכון אדלר, והוא מאפיין עבורנו לא פחות מ-12 טיפוסיים וגם נותן בהם סימנים.

▶ לכל דבר יש מחיר.

השפעה על ילדים: טעויות ההורים המתלמדים משפיעות על הילדים, אבל מאחר שמדובר בהורים משקינים, הילד נמצא תמיד במרכז.

הורה חבר

2

מאפיינים: מוותר על הסמכות ההורית ועושה הרבה כדי שהילד יאהב אותו ויהיה חבר שלו. הוא מביט בו בנובה העיניים, נמנע מעימותים, מוותר, מתפשר או מתעלם ממעשים בעייתיים של הילד, אינו מציב לו גבולות, לא מחנך ולא מעניש.

ייתכן שהוא יחייב את הילד לקרוא לו בשמו הפרטי, והוא רואה בו עצצוע למשחק, משתף אותו בנושאים המעסיקים אותו כאדם מבוגר ומצפה לשיחה פתוחה איתו על כל נושא. יש הורים שמעשנים סמים עם הילד, מצטרפים לחברה של הבן, (הורה-חבר אופייני יותר לאבות לבנים). הבן מרגיש שאבא עושה לו פאדיחות, והחברים מקנאים בו שיש לו אבא גזעי.

הורה-חבר הוא גם קרייריסט שסובל מרגשות אשמה על שעות היעדרות ארוכות, ולכן בזמן שלו עם הילד הוא מעדיף לוותר על הסמכות ההורית כדי לבלות עם הילד. אבל במקרה שהילד יאכזב אותו, הוא יחוש שהוא בגד בחברותם ותגובתו תהיה קשה.

אמירה אופיינית: "אבא שלי לא התעניין בי, אני אהיה חבר של הבן שלי".

המלצה/הערה: הורה אינו חבר ולא יכול להיות כזה. סמכות לא נוצרת ביחסים שוויוניים. מדובר בחוסר הבנה של התפקיד ההורי, שמטבעו מאופיין בסמכותיות וביחסי קרבה.

השפעה על הילד: הילד גדל ללא גבולות ובהרגשה שהכל מותר לו. נמנע ממנו הביטחון שמעניק הורה סמכותי. לא יהיה לו ממי ללמוד את התפקיד ההורי לעתיד. במשפחות שבהן לצד הורה-חבר יש הורה סמכותי יש הרבה עימותים. בדרך כלל האם מרגישה שהיא מתמודדת לבדה עם הקשיים שבחינוך הילדים בעוד האב משחק ונהנה.

הורה דאגן ומוטרד

3

מאפיינים: לחוץ ומוטרד, חי בפחדים ובהרדות תמידיים. אינו נותן לילד להתנסות, כי זה מסוכן. בקרב הורים דאגנים נמצא אם שמניקה את הילד עד גיל מאוחר, הורה שמלין את הילד במיטת ההורים שמא יקרה לו משהו בלילה, אוסר על רכיבת אופניים או יציאה לטיול השנתי ועומד מעבר לגדר הגן לוודא שהכל בסדר. יש לו צורך לשלוט בילד ובחיו כי הוא "יודע מה טוב לילד".

הוא מקרין החוצה את חוסר הביטחון שלו, יוצר מניי פולציות וגשיות, אבל משוכנע שזה נובע מרצון טוב כהורה אכפתי הדואג לילדיו.

הורה דאגן צמח מתוך מציאות חיים קשה, אופייני להורים ממשפחות של ניצולי שואה או הורים לילדים יחידים.

אמירה אופיינית: "תאכל, שתהיה בריא". "ילד טוב גומר מהצלחת". "את לא יוצאת לטיול, זו תקופה מסוכנת".

המלצה/הערה: צריך לדעת לשחרר, לדעת כי אחריות ועצמאות הולכים יחד.

השפעה על הילד: הילד מרגיש שלא סומכים עליו ויגדל להיות תלתי ועם ביטחון עצמי נמוך, עלול לפתח הפרעות אישיות ובעיות אכילה.



visualphotos.com

הורה-חבר הוא גם קרייריסט

שסובל מרגשות אשמה על שעות היעדרות ארוכות, ולכן בזמן שלו עם הילד הוא מעדיף לוותר על הסמכות ההורית כדי לבלות עם הילד



gettyimages.com

הורה סמכותי

4

מאפיינים: יש לו מדיניות וקו חינוכי. הוא בעל ידע, ניסיון והבנה רחבה, אינו מתנהל בנובה העיניים מול הילד, אבל קשוב לו ונותן מענה לצרכיו.

גם אם הוא משתף ושואל את הילד מה דעתו והרגשותו, ההחלטה הסופית היא שלו. לדוגמה, האם לעבור דירה, האם לצאת לשליחות בחו"ל ועוד. הוא בטוח בעצמו, מאמין בדרכו החינוכית גם אם לפעמים יש לו התלבטות. פה ושם הילד יכול לפרש את סמכותיות היתר כאילו ההורה פועל בגוד.

אמירה אופיינית: מסרים סמכותיים פלוס הבעת אהבה: "אני אוהב אותך מאוד, אבל אני לא קונה לך את המשחק הזה". "אני רואה שקשה לך לקום, אבל

את קמה והולכת לבית הספר".

המלצה/הערה: הורים חייבים להיות חזקים בשביל ילדיהם, להפגין אהבה ולקבוע גבולות.

השפעה על הילד: הילד מרגיש שיש לו על מי לסמוך, שיש מי שסמוגל לתת לו פתרונות. הוא מרגיש שמכבדים אותו ומקשיבים לו ושואב מזה ביטחון לעתיד.

הורה מרצה חסר ביטחון

5

מאפיינים: הוא לוקח אחריות על רגשותיו של הילד. מאשים את עצמו אם הילד כועס או מאוכזב. הוא נמנע מלחנך, להציב גבולות, "לא" זו מלה שאינה נמצאת בלקסיקון שלו. מטרות

היא להשביע את רצון הילד ושהילד יחייך ויהיה מאושר. בכך הוא אינו נותן לגטימציה לרגשות אחרים של הילד כמו עצב ותסכול. יש הורים ששולחים ילד עצוב לחדרו והילד לומד להיות ילד מרצה. ייתכן גם שהקושי של ההורה לראות את ילדו עצוב מחויר אותו לילדותו הלא מאושרת.

אמירה אופיינית: "מה אני יכול לעשות למענך כדי שתחייך", "אני לא מסוגלת לראות אותך עצוב ובוכה", "כיף לי לראות אותך שמח".

המלצה/הערה: הורה יכול להעניק לילד כלים שיעזרו לו להיות מאושר ולהקנות לו מיומנויות חברתיות ויכולות לחפש בתוכו את האושר.

השפעה על הילד: הילד אינו מתמרד עם רגשות קשים שנחוצים להתפתחותו. הוא גדל כילד ללא גבולות.

הורה מודע

6

מאפיינים: מכיר ביכולותיו ובחולשותיו תיו, לומד, משקיע מתחם ומשתנה כהורה עם הילד. הוא קשוב לצורכי הילד, מתייחס אליו בכבוד, אין לו ציפיות גדולות מהילד, הוא נמנע מהשוואות ונותן לכל ילד להתפתח בקצב שלו ומקבל אותו כמות שהוא, וכזה אינו מתאכזב ממשפחות, אם יש כאלה.

הוא עובד מהראש ומהבטן, רגיש, אמפתי ומעניין אהבה. מציב גבולות וחוקים ברורים, אינו מפנק מדי, אינו נותן לילד חסות יתר, מעודד, תומך ומאפשר לו לחוות את החיים, להתנסות ולהרגיש מגוון רגשות כמו אהבה, אכזבה, פרידה, לימוד מטעויות. מקשה על עצמו ולוקח אחריות למעשיו, פתוח ללמוד, לקבל ביקורת ולהשתנות. שיקול הדעת שלו ענייני.

אמירה אופיינית: "אני מאמין שבפעם הבאה תדע לעשות את הדברים בדרך אחרת", "זה יכול לקרות לכל אחד" ועוד.

המלצה/הערה: גם אם יגידו שהמודעות חוסמת את הספונטניות, צריך לזכור כי לספונטניות יש מחיר. **השפעה על הילד:** השפעה נהדרת, כשההורה מבין את תפקידו צורכי הילד מתמלאים.

הורה קורבן

7

מאפיינים: מבטל את עצמו ואת צרכיו לטובת הילד. זה בא לידי ביטוי בנזיגות, כבילוי ובמנוחה, שנחלקים למקום אחרון, וצורכי הילד מקודמים למקום ראשון.

עושה המון למען הילד, מפגין מסירות והקרבה. יקנה לו נעליים יוקרתיות גם אם אין לו כסף, יאכל שאריות, לא יישן בלילה. לכאורה הוא סובל אבל למעשה הוא נהנה מהעומס ומההקרבה. ▶

▶ אין לו משמעות אלא כהורה, הוא חי על מנת להעניק לילד. כשהילד נכשל הוא מתאכזב מרה ואומר: "מה לא עשיתי למענו".

המלצה/הערה: הפגנת מסירות, נאמנות ונתינה אינסופית ללא קבלה סוחטת.

אמירה אופיינית: "מה לא עשיתי בשבילך", "הכל בשביל הילד, העיקר שיהיו לו טוב", "אני לא חשוב, אני יכול לוותר".

השפעה על הילד: הילד אינו מודע לחקרבה, ומשור כנע שכן נוהגים כל ההורים. הוא נעשה אדם אנוצני טרי, מפונק, תובעני ושתלטן שכל העולם חייב לו, ועם הזמן הדרישות גדלות: אוטו, דירה, כסף.

8 הורה שתלטן - הורה חונק

מאפיינים: לוקח אחריות יתר על הילד, מנהל ומחליט עבורו, כופה עליו את רצונו. אינו סומך עליו, אינו כשור לצרכיו, מקטין ומבטל אותו, מפחיד, מאיים ומאשים. בטוח שהוא יודע מה הכי טוב לילד שלו, מרגיש אחראי למחשבותיו ולרגשותיו, שכן הוא מעורה בתחום ההורות, קורא ספרים ומתעניין, מעורב בחיי הילד, בלימודים ובחברה, יש לו ציפיות גבוהות, וגם אכזבות בהתאם... לעתים הוא נלחם את מלחמות הילד וגורם לו קשיים.

המלצה/הערה: רצוי וכדאי לשחרר, לא הכל מוטל על ההורה.

אמירה אופיינית: "תעשה מה שאני אומר לך", "אני יודע יותר טוב ממך מה צריך לעשות", "אם לא תשמע בקולי, לא תוכל לגור בבית הזה".

השפעה על הילד: הילד מפרש כל פניה של ההורה כפקודה. הוא הופך למרדן, מתנגד ונאבק בהורה על כל דבר קטן, או שהוא נעשה מפונק, מושפל וצייתן. מצפה שההורה יסדר לו את החיים.

9 הורה מורו

מאפיינים: על פי תפיסתו תפקידו ללמד את הילד ולהכינו לבית הספר ולהתנהגות. הוא יוצר איתו קשר שכלי-רצוני, לא רגשי. מעניק לו הסברים מפורטים מעבר ליכולת ההבנה שלו. הוא דורש מהילד להיות תלמיד לפני היות אדם, מעריך ידע והישגים ויש לו ציפיות גבוהות מאוד מהילד, פחות מציון 10 יחשב לציון ממש רע. הוא משווה את הישגי הילד עם אלה של בן השכנים או של בן אחיו.

הוא משוכנע שכדי שהילד יהיה מוכן לחיים עליו להצליח ולצבור ידע, ולכן יושב איתו על אנציקלופדיה ודיוט ואתלס. סביר להניח שהוא בעצמו גדל בסטנדרט טים דומים שעקרו את הרגש והאוויר את החרדה לעתים זהו פיצוי על כשלונם כתלמיד. רואה בהישגי בנו/בתו את כרטיס ביקור שלו.

המלצה/הערה: כדאי לדעת כי בשלותו של ילד במעבר לכיתה א', לזוגמה, אינה נמדדת רק ביכולתו לקרוא ולכתוב ולפתור תרגילי חשבון, אלא גם בבשלות הרגשית והחברתית. חיוני להשקיע בהשכלה של הילד, אבל צריך לשמור על פרופורציה.

ילד בן 3 לא חייב לדעת הכל, רצוי להפנות חלק מהא-רגייה לפיתוח האינטליגנציה הרגשית שלו.

אמירה אופיינית: "איזה תעודה הבאת לי?", "כמה קיבלנו במבחן?".

השפעה על הילד: הילד לחוץ, רגיל לקבל פידבק רק על ידע. הילד שיוכה לאהבת ההורה רק בתנאי שיצטיין בלימודים. הילד משלם מחיר רגשי גבוה והופך למכונה; לרובו: לאנציקלופדיה מהלכת.



הורה מורו משוכנע שכדי שהילד יהיה מוכן לחיים עליו להצליח ולצבור ידע, ולכן יושב איתו על אנציקלופדיה ואתלס. סביר להניח שהוא בעצמו גדל בסטנדרטים דומים שעקרו את הרגש והאוויר את הידע



10 הורה ילד מאפיינים: הוא נחמד וילדותי, תלותי, לא עצמאי וקוץ לטי פול ולעזרה. בעצם הוא ממשיך את ילדותו תחת הכיסוי ההורי, ולעתים הילד מגדל את ההורה.

הילד מבשל ומטפל באחיו, עושה קניות ותולה כביסה כשאמא מושיכה לישון בבוך. הוא אינו בקול להיראות, והילד האחראי ממלא את הריק שנוצר. הוא נוטה לפתח מחלות מתוך צורך בתלות. הוא עלול להתחשבן עם הילדים ולהגיד "אני כבר לא חבר שלך". מטרתו העיקרית היא ליהנות עם הילד, לחוות חוויות שאולי חסרו לו בילדותו. הוא קונה צעצועים שונים, נהנה מתוכניות טלוויזיה וסרטים לילדים,

מתחשבן עם הילד, כועס ונעלב ממנו ולעתים מדבר בטון ילדותי.

הורה ילד אינו בשל להורות והוא אופייני יותר לגבי רים או להדהורים.

המלצה: זה נחמד להישאר קצת ילד, אבל זו דוגמה רעה מאד של הורות.

אמירה אופיינית: "אני לא חבר שלך", "תכן לעצמך ותכן גם לי".

השפעה על הילדים: אין לילד על מי לסמוך. ילדו חו נפגמת והוא נדרש לבגרות מוקדמת, בשל האחריות הכבדה שמוטלת על כתפיו.

11 הורה בשלט הרחוק

מאפיינים: הורה קרייריסט, איש צבא קבע, ימאי וגם אסיר. וגם אמהות קרייריסטיות שעובדות עד הערב. הם מגדלים ילדי מפתח, או שהילדים עוברים מהגן לצהרון למטפלת לבייביסיטר עד שההורה מגיע הביתה. ההורה מנהל את הילד באמצעות הטלפון. הילדים נדרשים לגלות אחריות לשמור על אחיהם הקטנים. לעתים ההורים מפתחים רגשות אשמה, תסכול וחוסר השלמה עם הבחירה שלהם. חלקם עוסקים בעצמם ובעבודה, וכשהילדים מתקשרים הם מפריעים להם. גם בשבועם מאוחר בערב הביתה הם אינם פנויים לצורכי הילד.

המלצה/הערה: ילד זקוק לנוכחות הורית, למבוגר שאפשר לסמוך עליו ולהיעזר בו.

המלצה/הערה: "פחות זמן איכות ויותר זמן נוכחות".

אמירה אופיינית: "אני עובד קשה למען הילדים כדי שיהיו להם חיים טובים", "תחמם את האוכל", "אל תשכח לקחת את אחותך מהחוג" ועוד.

השפעה על הילדים: ילד עצמאי ובוגר או ילד שגדל עם הרגשה של מונוחיות, עליבות וחוסר אהבה. חיסרון בנוכחות הורית בגיל ההתבגרות מסוכן בגלל הנטייה של ילדים בגילים אלה לעשות שטויות ולקחת סיכונים.

12 הורה אדיש

מאפיינים: עוסק בעצמו ובחיי, משוכנע שכל אחר צריך להיות אחראי עליו ולהיות אחראי למעשיו. הוא מאמין שדי בכך שהוא נותן לילד קורת גג ואוכל, ומכאן ואילך על הילד להתמודד בכוחות עצמו עם החיים. לעתים זה גובל בהזנחה. הורה שמשאיר ילדים קטנים לבד בבית ביום או בלילה. לפעמים שוכח להאכיל או להשכיב לישון, מתעלם מימי הולדת ולא מגיע לאסיפות הורים. יש הורים אדישים העוסקים בקריירה או בוגיות ומונעים מהילד "להפריע" להם בהתפתחותם האישית והרגשית. ההורה האדיש לוקה בחוסר הבנה תהומית של תפקיד ההורה ומהווה דוגמה גרועה לילד.

המלצה/הערה: אדישות והזנחה של הילד היא התעללות רגשית שגורמת לילד לחוש חסר ערך ובולתי נאכה. ילד צריך הורה אוהב ומחנך ולא הורה אדיש.

אמירה אופיינית: "חסר לך, אתה כבר ילד גדול", "גם אני עשיתי בעצמי כשהייתי בגילך", "תעזוב אותי במנוחה, אתה מפריע לי".

השפעה על הילד: האדישות וההזנחה יגרמו שיהיה עצמאי, הוא עלול לחוש חסר ערך, לא שייך ועם דימוי עצמי נמוך וחוסר ביטחון עד כדי התפתחותה של הפרעת אישיות. ●