

הצילו! החופש מגיע...



הרב יוני לביא - מנהל מוקד 'חברים מקשיבים'

את כל טורי הווטסאפ הקודמים תוכלו למצוא באתר 'מילה טובה'

זה בדיוק העניין. גם בחופש חשוב מאוד לשמור על גבולות של יום וליילה. הנטיה הילדותית של "לא רוצים לישון, רוצים להשתגע" היא הרסנית בהקשר של החופש. לא רק בגלל שמי שהלך לישון במצוץ הלילה אין לצפות שיזנק על רגליו לתיקין, אלא בעיקר מפני שלילה הוא סוג של 'עולם בלי מבוגרים', זמן של שוטטות ושל שטויות. ברור שבחופש אפשר לישון מאוחר יותר מהרגיל וגם לקום בהתאם. אך צריך להיזהר מלהחליף יום וליילה. כדאי שתשבי עם בעלך ותגבשו יחד מדיניות כללית משפחתית לקראת החופש בכל הנושאים שעל הפרק: זמן הליכה לישון (כל ילד, בהתאם לגילו ואופיו), זמן מסך לכל ילד (כולל מחשב וסמארטפון ביד), שעה חזרה הביתה, נסיעה בטרמפים, טיולי חברים ללא מבוגרים, בזבזים והוצאות כספיות וכדו'. כמוכך, כשהילדים קטנים יותר ההורים פשוט קובעים בשבילם וככל שהם מתבגרים יש מקום לבנות את הדברים יחד איתם מתוך שיח משותף.

ווי, נגעת בנקודה כאובה 😞. הקטע של ההוצאות בחופש פשוט מרקיע שחקים. הקייטנות, הארטיקים, הסרטים, הפיצות, הנסיעות. אנחנו צריכים לקחת עוד משכנתא רק בשביל החודשים האלו... 🙄

לכן גם כאן חשוב לעשות מראש תיאום ציפיות עם הילדים ולעדכן אותם מה מוקצב להם. אפשרי באופן של סך כולל - "יש לך חמישים ש"ל לכל השבוע הזה. תוציא אותו מתי ואיך שאתה רוצה", מה שמרגיל אותם לקחת אחריות ולנהל בחוכמה את מה שיש להם. עליהם להבין שההורים הם לא כספומט בלתי נדלה שאפשר לנדנד לו כל יום מחדש.

הרב, אני רואה שהרבה פעמים בסוף החופש הילדים יוצאים מתוסכלים. הם קולטים פתאום שחודשיים חלפו להם מתחת האף בלי להרגיש, מחר חוזרים ללימודים, והם מרגישים שבעצם לא הספיקו כמעט כלום ממה שרצו 😞.

זו תופעה מוכרת והדרך המרכזית להתמודד איתה היא לתכנן את החופש מראש. אצל בני נוער רבים המילים 'חופש' ו'תכנון' נשמעות סותרות. הם מעדיפים 'לזרום' ולהיות ספונטאניים ובסוף מתפלאים שזה לא עובד. האמת הפוכה בדיוק, כדי שמהרה יהיה איכותי ומוצלח חייבים להשקיע בו מחשבה ומאמץ. לילדים יש הרבה חלומות ופנטזיות אבל בלי תכנון מסודר הם פשוט יתפוגגו באוויר.

אז מה אתה מציע?

אני ממליץ לעשות עם כל אחד מהילדים 'שיבת עבודה' לקראת החופש. לקחת דף לבן ולבקש ממנו לרשום עליו לפחות עשרה דברים שהיה רוצה לעשות בחופש הזה. אתם יכולים להציע לו עוד כמה רעיונות, כמו גם לבחון איתו יחד עד כמה הדברים שהוא רשם מתאימים וריאליים. השלב הבא הוא לתרגם את כל הרעיונות היפים לתוכנית מעשית שאפשר ליצוק אל תוך 'לוח חופש' שעשורה לנו סדר בחודשיים האלו. כמוכך שהכול הוא בסיס לשינויים ובתוך כל זה אפשר גם לזרום ולהיות ספונטאניים, אך כדאי מאוד להתחיל את החופש עם נייר ביד.

באמת רצינו לעשות דבר כזה, אך הבעיה היא שבחופש עצמו הילדים בורחים מהר מאוד אל המסך, ולא בא להם לצאת, ללכת לחברים או כל דבר שדורש מאמץ.

זה בדיוק התפקיד שלנו כהורים לכוון אותם אל האלטרנטיבה. הברירה הקלה, הזולה אך גם הסתמית והמסוכנת לעיתים, היא המסך. אנחנו בשאיפה ליצוק תוכן וחוויה משמעותיים יותר לחופש שלהם. לא לצפות בכדורגל אלא לשחק אותו. לא לקרוא כתוביות מתורגמות על המסך אלא בספר מרתק שהם לקחו בספרייה. לא להתכתב עם חברים בוואצאפ אלא לצאת ולפגוש אותם בתנועת הנוער. להזכיר להם את כל הדברים שתמיד הם רצו לעשות אבל אמרו ש'אין להם זמן'. אז הנה, חמודים, ה'זמן' הזה הגיע. מי שיכתוב בגוגל 100 רעיונות מה לעשות בחופש יגלה עוד כמה דברים מעניינים.

תודה רבה. אני אנסה את זה 😊

אחרי כל זה חשוב להקפיד על 'ונשמרתם לנפשותיכם'. להציב לילדים קווים אדומים ברורים בכל מה שעלול לסכן אותם - התכתבות עם זרים וחשיפה של פרטים אישיים דרך האינטרנט, ביינות ברשת, עישון וצריכה של חומרים מסוכנים, טיולים לא בטוחים וחופים שכדאי להתרחק מהם, טבילה במקומות בהם אין מציל (95% מהטביעות הם במקומות כאלו), טרמפים במקומות מסוכנים, ולא פחות חשוב - שמירת הנפש בחשיפה לתכנים שליליים באינטרנט הביתי או דרך הסמארטפון (דרך אגב, האם דאגתם להתקין הגנה איכותית על שניהם?). החופש הוא מתנה נפלאה. אנחנו רוצים לראות את הילדים בעוד חודשיים רגענים, שמחים ומלאי כוחות לשנת לימודים חדשה. נתפלל לה' שיתן לנו את התבונה והכוחות לנהנות אותם בדרך לשם.

אני יודעת שהילדים מחכים לו כבר שבועות שלמים, אבל אני פשוט לא סובלת אותו 😞. מספיק לי לשמוע את צמד המילים "החופש הגדול" כדי לקבל חום גבוה. תגיד לי אתה, הרב, החודשיים האלו לא מוגזמים! לא מספיק להם שעות ארוכות כל יום אחר הצהריים, סופי שבוע, חגים, שלא לדבר על הפסקות ושיעורים חופשיים - חוץ מזה הם צריכים עוד חודשיים שלמים!?

אני מבין שהחוויה שלך מהחופשים האחרונים לא היתה חיובית במיוחד...

ממש לא. הימים הראשונים עוד היו בסדר, אבל די מהר הם התחילו לטפס על הקירות, לטפס אחד על השני, והכי גרוע - לטפס על ההורים שלהם 😞. ולנו, כיזוע, אין חופש קיץ ארוך ומרענן כזה. אנחנו מסתפקים בשבועיים צנועים כשנה...

בני כמה הילדים שלך?

יש לנו ארבעה ב"ה. הבכור, איתמר, בן 15. התאומות דקלה ושירה בנות 11, והקטן מיכאל בן 6. הם ילדים מקסימים ומלאי אנרגיות חיוביות (בדרך כלל 😊). שונים מאוד זה מזה, אך המשותף לכולם זה הקפדה יתירה על המנהג לספור באדיקות כל ערב 'ספירת הגומ'...

תראי, החשש שלך מן החופש מובן בהחלט. יחד עם זה חבל יהיה לגשת אל התקופה המיוחדת הזו בגישה שלילית. החופש הגדול הוא קודם כל הזדמנות! הזדמנות עוברנו כהורים, והזדמנות יקרה מפז עבור הילדים.

אני לא מבינה. בשנת הלימודים הם באמת לומדים (נגיד 😊). בחופש הם סתם מבלים ומעבירים את הזמן במשחקים ובהצקות הדדיות.

גם בחופש לומדים אבל באופן שונה. לא ממחברות וספרים אלא מאנשים ומחוויות החיים. התפקיד שלנו כהורים זה לכוון אותם אל המקום החיובי והמשמעותי של החופש, כדי שלא יבחרו אל האלטרנטיבה הקלה של להתברב ולהעביר את הזמן ולהחמיץ בעצם את המתנה הגדולה שניצבת לפניהם.

זה לא מספיק ברור לי 😞. אפשר דוגמא?

בוודאי. התקופה הזו פותחת לפנינו צוהר בכמה תחומים. ראשית במישור המשפחתי. העובדה שהילדים יותר איתנו ויותר בבית היא הזדמנות פז לחזק את הקשר המשפחתי. לגבש בין הילדים, ליצור חוויות משותפות, לטייל, לשחק, לפגוש בני דודים, לבקר את סבא וסבתא. בקיצור, להשלים חסכים ופערים ב'ביחד' המשפחתי. את הפירות של מה שנסקיע עכשיו, נקצור בעז'ה לאורך כל השנה.

אחלה 😊. מה עוד?

במהלך השנה הילדים עושים הרבה דברים בעיקר כי הם חייבים. המסגרת הלימודית פשוט 'מכריחה' אותם. החופש זה הזדמנות עבורם להתחבר לדברים מחדש אך ממקום גבוה יותר של בחירה. למשל, תפילה או לימוד תורה. יש כאן נקודת מבחן עבור הילד האם הוא לומד תורה בשביל הר"מ שלו או מתפלל כדי שיסמנו לו וי או שהוא כבר התבגר והגיע להכרה בחשיבות העצמית של הדברים ולכן עושה אותם כי הוא זה שבחור בהם. חמש דקות של לימוד תורה מרצון בחופש שוות יותר משעה שלימה של שיעור רק בגלל שמחר יש מבחן בתושב"ע.

הזכרת את הקטע של התפילה. הבכור שלנו מאכיל אותנו הרבה קש בנושא. כל השנה מאוד קשה לו לקום בבוקר לתפילה. אני רק חושבת איך זה הולך להיראות בחופש הגדול וכמעט מרימה ידיים...

אני מבין את הקושי אך אם אתם תתיישו זה בטוח לא יגביר את הסיכויים שלו להצליח. תראי, תפילה זו באמת משימה מאתגרת, ובחופש במיוחד. יחד עם זה שווה לעשות כל מאמץ בעניין, כמו גם לצ'פר אותו בדברים שווים בעיניו אם יצליח להתמיד בה. הקב"ה לא יוצא לחופשה בחודשי הקיץ, והתפילה היא המסגרת המיימאלי של הקשר היומי איתו. יום שנפתח בתפילה הוא יום שמתחיל ברגל ימין. המפגש עם ריבוננו של עולם מעניק לכל היום צבע אחר ומקרין על כל מה שהילד עושה. אין בעיה, שילך למניין הכי מאוחר בשכונה, אבל שלא יהיה מצב בו הוא מתחיל את היום בשתיים עשרה בצהריים בתפילה מול הכותל אצלו בחדר...

אבל הרב, איך הוא לא יקום מאוחר אחרי שהלך לישון בשלוש לפנות בוקר?