

המילון להורים: למה המתבגרים

מתכוונים כשהם אומרים?



הרב יוני אביאן

אם יש תקופה שבה הורים מרגישים שהם זקוקים למתורגמן צמוד, זה גיל ההתבגרות. פתאום הילדים שלנו מדברים שפה חדשה - של טריקת דלתות, משפטים קצרים ותגובות מתפרצות. אבל מאחורי כל "עזבי אותי!" מסתתר סיפור שלם, ומאחורי כל "לא אכפת לי" מתחבא לב רגיש שדווקא אכפת לו מאוד. הורים יקרים, קבלו את מדריך התרגום המהיר ממתבגרת להורית:

כשמתבגרים אומרים:

1. "אני כבר גדול, אל תגידו לי מה לעשות"

= אני זקוק להכרה בהתבגרות שלי ובעצמאות שלי. תנו לי הזדמנויות להוכיח אחריות, אבל עם גבולות ברורים ותמיכה.

2. "עזבי אותי בשקט!"

= אני מנסה לפתח עצמאות ולהתמודד לבד, אבל חשוב לי לדעת שאת נמצאת ברקע כרשת ביטחון. תני לי מרחב, אבל שמרי על נוכחות זמינה ולא שיפוטית.

3. "אני לא צריך עזרה"

= אני רוצה להוכיח לעצמי ולכם שאני מסוגל, אבל בפנים אני לא בטוח. אני צריך לדעת שאתם סומכים עליי אבל גם זמינים אם אצטרך.

4. "לא אכפת לי"

= אני מנסה להראות חוסן וקור רוח כלפי חוץ, אבל בפנים אני סוער ופגיע. אני זקוק למרחב בטוח שבו אוכל להודות במה שבאמת מטריד אותי, בלי לחשוש שאראה חלש.

5. "אתם תמיד חושבים שאתם צודקים"

= אני מרגיש שלא באמת מקשיבים לדעה שלי. אני צריך שתראו בי בן שיח שווה ותהיו פתוחים גם לראות דברים מנקודת המבט שלי.

המילון להורים: למה המתבגרים מתכוונים כשהם אומרים? - המשך



6. "אל תחטטי לי בחיים"

= אני מנסה לבנות זהות עצמאית וגבולות אישיים. אני צריך שתכבדי את הפרטיות שלי תוך שמירה על תקשורת פתוחה ולא חודרנית.

7. "כולם הולכים, רק אני לא"

= אני חווה לחץ חברתי משמעותי ומפחד להיות דחוי. אני צריך עזרה לפתח ביטחון עצמי ויכולת לקבל החלטות עצמאיות.

8. "כולם מקבלים את זה, למה אני לא?"

= אני מתקשה להבין ולקבל את ההבדלים בין המשפחות. אני צריך/ה הסבר ברור לגבי הערכים והשיקולים שמנחים אותך, ועזרה להתמודד עם תסכול.

9. "אני שונא את בית הספר"

= אני מתמודד עם אתגרים משמעותיים (לימודיים, חברתיים או רגשיים) במסגרת. אני צריך עזרה לזהות את מקור הקושי ולפתח אסטרטגיות התמודדות.

10. "אני שונא את החיים האלה"

= אני חווה תקופה מאתגרת רגשית ומתקשה לראות את התמונה הרחבה. אני זקוק/ה להקשבה אמפתית ועזרה בזיהוי כוחות ופתרונות.

הורים יקרים, זכרו: מאחורי כל "דלת נטרקת" יש נער או נערה שמחפשים את הדרך שלהם בעולם. הם זקוקים לנו קרובים - אבל לא קרובים מדי, מעורבים - אבל לא חודרניים, זמינים - אבל לא דביקים. זו אומנות עדינה, אבל כשמצליחים למצוא את האיזון הנכון, מגלים שמתחת למעטה ה"נו, די!" מסתתר עדיין אותו ילד שרוצה חיבוק - גם אם הוא לעולם לא יודה בזה.

רוצים לקבל מאיתנו עוד תכנים וסרטונים מעניינים?
הכנסו לאתר **מילה טובה** - Milatova.org.il



רוצים לשמוע עוד על **מועדון ההורים** שלנו? סרקו את הברקוד וגלו איך חינוך ילדים יכול להפוך לחוויה נעימה ומעצימה: