

לדבר על הכל: המדריך להורה הנבון

הרב יוני אביאן

איך מסבירים לילדה בת 8 על החטופים?

**מה עונים כשהבן שואל איך באים ילדים לעולם, והוא רק בן 6?
עשרה כללי זהב להורים - איך לדבר על נושאים רגישים עם הילדים**

"אמא, למה זייד חיים לא מגיע יותר לשבת?" שואלת מיכל על דודה האהוב שנפטר מסרטן. "אבא, מה זה 'לצאת מהארון'?" תוהה יונתן בן ה-10 אחרי ששמע את המושג מחבר. רגעים כאלה מעמידים אותנו, ההורים, במבחן - האם נתחמק? נגמגם? או אולי נמצא את הדרך הנכונה להסביר? הנה עשרה כללים שיעזרו לכם לנהל בקלות ובנעימות שיחות על נושאים רגישים עם ילדיכם:

1. אתם מסוגלים!

אנחנו מאמינים שאלוקים העניק לנו דווקא את הילדים הספציפיים האלו כי הוא חושב שאנחנו ההורים הנכונים ביותר עבורם. וגם בדור מאתגר של חשיפה מוגזמת ותפיסות עולם מבלבלות - יש לנו את היכולת להדריך אותם ולהיות הכתובת לשאלותיהם.

2. אין נושא שהוא טאבו ביהדות

התורה שלנו היא "תורת חיים" ואינה מתחמקת מאף נושא. כבר בספר בראשית אנו פוגשים סיפורים על קנאת אחים עד לכדי רצח, אלימות במשפחה, פיתוי, אונס ועוד. מה המסר? כשניגשים מתוך יראת שמים וגישה עניינית - אפשר וצריך לדבר על ה-כ-ו-ל.

3. הילדים פשוטים, אנחנו מסובכים

"אבא, איך התינוקי נכנס לבטן של אמא?" שאלה ילדה בת 5 את אביה באמצע ארוחת ערב. הוא הסמיק והתחיל להתבלבל, אבל היא פשוט הייתה סקרנית. כדאי לדעת: לעיתים קרובות, המבוכה והחששות הם שלנו, המבוגרים. כי בראש שלנו לכל נושא מתלווים לפעמים מטענים מורכבים ובעייתיים, בגלל דברים שנחשפנו אליהם לאורך חיינו. הילדים, לעומת זאת, שואלים מתוך תמימות וסקרנות טבעית. אם ניגש אליהם חזרה באופן הזה - נגלה שהמשימה קלה הרבה יותר.

חשוב לזכור: לא תמיד הילדים יבואו לשאול בעצמם. לפעמים עלינו ליזום את השיחה, במיוחד כשאנחנו יודעים שהם נחשפים לנושאים מורכבים דרך חברים או מדיה. עדיף שהם ישמעו מאיתנו הסבר מותאם ורגיש, מאשר יקבלו מידע לא מדויק או לא מותאם לגילם ממקורות אחרים.

לדבר על הכל: המדריך להורה הנבון

הרב יוני אביאן

4. להתאים לגיל ולשפה

ההסבר על אותו נושא יהיה שונה לגמרי לילד בן 6 ולנער בן 13. חשוב להשתמש במילים שהילד מכיר ומבין, ולהימנע ממושגים מופשטים מדי. למשל, כשמסבירים לילד צעיר על מוות, אפשר לומר: 'הגוף הפסיק לעבוד, אבל הנשמה - שזה החלק המיוחד שבתוכנו שאי אפשר לראות - ממשיכה לחיות בגן עדן. כל הזכרונות היפים והאהבה שלנו אליו נשארים איתנו תמיד, והוא נמצא במקום טוב עם ה'".

5. התזמון והאווירה חשובים לא פחות מהמילים

התזמון והאווירה חשובים לא פחות מהמילים. ילדים נוטים לשאול שאלות מאתגרות דווקא ברגעים הכי פחות מתאימים - באמצע סעודת שבת משפחתית, כשממהרים לגן, או בתור בסופר. במקרים כאלה אפשר לומר: 'זו שאלה מצוינת וחשובה! בוא נדבר על זה בנחת כשנגיע הביתה'. מלבד זמן רגוע כדאי לבחור גם מקום נעים - אולי בחדר של הילד או בטיול משותף. כשהורה רגוע ומחייך, גם נושאים מורכבים הופכים פחות מאיימים. כשהורה משדר לחץ ומתח - זה מקרין גם על הילד. הקטנים האלו יודעים לקרוא אותנו מצוין.

6. לדבר בבהירות, בלי 'הוא' ו'זה'

"סבא חלה במחלה קשה". למה לא לומר 'סרטן'? דעו שכשאנחנו מתחמקים משמות מפורשים וכל הזמן רומזים על 'הוא שאין לנקוב בשמו', אנחנו משדרים לילדים פחד. כביכול הנושא כל כך מאיים עלינו שאנחנו אפילו לא מסוגלים להוציא מהפה את השם שלו. עדיף לדבר בשפה ברורה ומדויקת ש'קוראת לילד בשמו' ומסתכלת לנושא בעיניים. הכנות הזו מאפשרת להתמודד טוב יותר ולא מייצרת עוד חששות ופחדים.



לדבר על הכל: המדריך להורה הנבון

הרב יוני אביאן

7. פשוט ולעניין

כשהילד שמע מחבר שהוריו מתגרשים זה הזמן להסביר בפשטות: 'לפעמים קורה שהורים מבינים שהם לא מצליחים להסתדר ביחד, ולכן הם מחליטים לגור בנפרד. זה מאוד עצוב, במיוחד לילדים. אבל חשוב לדעת שני דברים: ראשית, גם כשהורים נפרדים, הם תמיד נשארים אבא ואמא של הילדים שלהם ותמיד אוהבים אותם. שנית, אתה יודע שאני ואמא אוהבים מאוד אחד את השני ובעזרת ה' נהיה תמיד ביחד. חשוב שנדע להיות רגישים ותומכים בחבר שלנו שעובר את זה.'

8. תמיד אפשר לתקן

"מתוק, זוכר ששאלת אותי אתמול על...? חשבתי על זה עוד, ורציתי להסביר קצת אחרת...". הורים יקרים: זה בסדר. מותר להודות שלא הסברנו מספיק טוב, ולנסות שוב. אדרבה, הילדים יעריכו את העובדה שאנחנו ממשיכים לחשוב על השאלות שלהם ומרגישים אחריות לדייק את המסרים שלנו.

9. זה קל יותר ממה שחושבים

"פחדתי לדבר עם הילדים על הפיגוע", סיפרה לי אם במפגש הורים, "אבל כשעשיתי את זה, הופתעתי כמה טבעית וזורמת הייתה השיחה". רוב ההורים מגלים שהחשש היה גדול בהרבה מהקושי האמיתי, ואחרי הביצוע הם רק מצטערים שלא עשו זאת מזמן.

10. להתפלל לפני

"ה' שפתי תפתח" - תפילה קצרה לפני שיחה חשובה יכולה לחזק ולתת כוחות ותבונה לומר את המילים הנכונות.

מעל הכל, זכרו - השיחות האלו אינן רק 'משימה' שצריך לבצע, אלא הזדמנות יקרה לחיזוק הקשר עם ילדינו. כשילד יודע שאפשר לדבר עם ההורים על הכול והם אינם מפחדים להתמודד גם עם נושאים רגישים, הוא יבוא אליהם גם בהמשך כשהיו לו קשיים, נפילות או שאלות מורכבות יותר. כך נבנה בסיס של אמון ופתיחות שילווה אותנו לאורך כל הדרך.

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: