

בגיל הטיפשעשרה, מצליח בנך להוציא אותך מדעתך תריסר פעמים ביום. תגור- בתך האינסטינקטיבית היא: לשפוך עליו את כל מה שבלבך. בבקשה — אין כל סיבה שתבלעי את זעמך. אדרבא, רצוי דווקא שתשפכי אותו החוצה. השאלה הגדולה היא רק — איך?

את כוונסת על בונר?

אחרי הצהריים להחליק על הקרח. ואז חל- תה לפתע דונה בת ה-14, ורק בננו הקטן יכול היה ללכת. דונה התרגזה ונעשתה עצבנית, מתוחה וחסרת-סבלנות. רציתי לה- גיד לה: בדרך-כלל את היא ההולכת תמיד עם אבא, ודחא אחיך הקטן נשאר בבית. אז מה את כל כך חמוצה אם קרה מעם להיפך?

אבל הצלחתי להתגבר על התגובה ה-

רצוי לחדול מכך. תשובותייך ותגובותייך חייבות להיות נייטרליות, לא לכלול הערכה. במקום זה, נסי לזהות בתשובתך את ריג- שותיו. הרי מיספר דוגמאות לתגובה נכונה בעת משבר ריגשי: מספרת אם: היה זה הערב השלישי בריצפות שאני ובעלי יצאנו לבלות — דבר נדיר למדי אצלנו. היו לי עוד המון

● "זה בטח העליב אותך גורא, לא?"
● "אני יכולה לתאר לעצמי איך שהת- רגזת עליו."
דויד בן ה-17 התייצב לראיון כמועמד ל- מישרה לתקופת החופש. הוא נכשל, ומישהו אחר זכה במישרה. הנער חזר לביתו מאוכ- זב ומדוכא. אביו הגיב בצורה מצויינת: הוא הביע במילים ברורות את הרגשתו של בנו, הוכיח לו בכך שהוא מבין ללבו. אבא: "רצית מאוד מאוד את הגיב ההוא, מה?"
דויד: "אווה, ועוד איך."
אבא: "וכמה שהתכוננת לראיון הזה."
דויד: "כן, אבל זה עוד לי כמו כוסות- רוח למת."
אבא: "איזה אכזבה קשה."
דויד: "כן — אתה מספר לי?"
השתררה דממה קלה, ואחר משך דויד ב- כתפיו, משלים עם גורלו: "אה, אין דבר. זה לא סוף העולם. עוד אמצא לי גיב אחר."

דניאל בן ה-14 הגיע הביתה מלא-זעם: "הנהג האידיוט הזה של האוטובוס של בית- הספר, קצף. הוא קרא לי אידיוט שלוש פעמים!"
אמו של דניאל: "סתם ככה הוא קרא לך אידיוט? בטח עשית משהו. מה כבר עשית הפעם?"
דניאל, בצווחה, במלוא-קולו: "בטח, אני עשיתי משהו. תמיד אני אשם, אף פעם לא איכפת לך ממני — תמיד את מגינה על הצד השני!"

ההורים

כסגורים

קשה לומר שאמו של דניאל נהגה בפקחות. כשנער מסתבך בצרה, יש תמיד מספיק מבוגרים מסביב הששים להש- מיצו — אותו ואת כל הנער הפרוע של מימנו. קטגורים לא חסרים. מה שחסר זה סיגור טוב. ומי ימלא תפקיד זה טוב יותר מן ההורים?

הורים רבים, רבים מדי, שוכחים דבר פשוט זה. וחבל. כי כשאת מלמדת סגוריה על בנך, בעת סיכסוך, אין זה אומר שאת מצדיקה את מעשיו. עורך-דין איננו מעודד את הפרוע, שעה שהוא מגן עליו. זכרי זאת, בפעם הבאה כשבנך יסתכסך עם מי- שהו — תעמדי לצידו. אחרי הכל, את אמו, לא כן?

אמו של דניאל צריכה היתה להראות לבנה שהיא מבינה את רגשותיו — את כעסו, עלבוננו, השפלתו. בעת סערת הרגשות של ילדך, חייבת תגובתך להיות שונה משל זרים: זרים סונים להגיון. את צריכה לפנות ללב. כדי להוכיח לדניאל שמבינים אותו, היתה אמו צריכה לענות לו אחת מן ה- תשובות הבאות:

שבעה דרכים

לצרות

אולם אביו של דויד, לוא היה פ- חות שנון, יכול היה בקלות לקלקל את כל העסק. איך? בכל אחת מן הדרכים הבאות:

● בגישה הגיונית: "גור, או מה רצית לתפוס תיכף את הגיב הראשון בחיך? ה- חיים הם לא כל-כך פשוטים. אל תתפלא אם תעבור חמישה או עשרה ראיונות עד ש- תתפוס איזה גיב."

● בסיסמאות מנופחות: "טוב, אתה יר- דע שרומא לא ניבנתה ביום אחד. אתה צעיר עדיין, כל חיך לפניך. התעורר!"

● בשיטת קח אותי לדוגמה: "כשאני הייתי בגילך, התכוננתי לראיון הראשון שלי בריצות: יצחצחתי את נעלי, הסתפרתי, לבשתי בגדי-שבת; צריך לדעת איך לעשות רושם על אנשים."

● בהמעט ערך המיקרה: "טוב, או מה יש? זה סיבה להיות מדוכא? או מה אם נכשלת בראיון? זה גם כן משהו?"

● בשיטת הצרה איתך היא...: "הצרה איתך היא שאינך יודע לדבר עם בני-אדם. אין לך הופעה מלא-ביטחון. אתה נעלב בקלות רבה מדי."

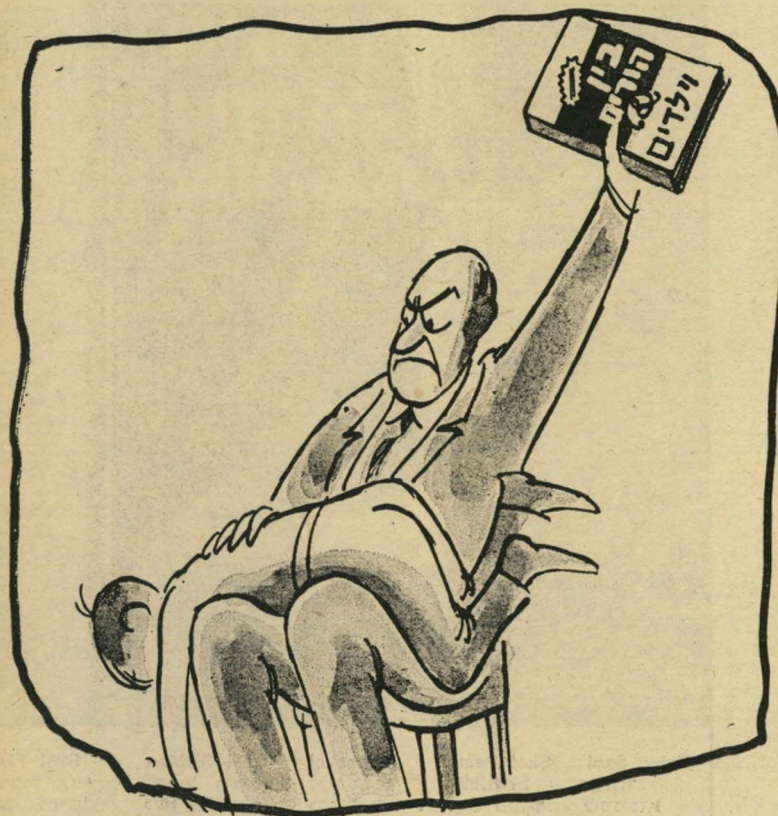
● רחמים עצמיים: "באמת שאינני יודע איך לנחם אותך. החיים הם כל-כך עניין של מזל. יש כאלה שיש להם את כל המזל בחיים. הם מכירים את כל האנשים הנכונים. אנחנו לא כאלה, מה אפשר לעשות?"

● בשיטת הנחמה-בעלמא: "אין דבר, ה- כל לטובה. אם התמצת את האוטובוס, יהיה תמיד אחר אחריו. אולי זה דחא ל- מולך שלא קיבלת את הגיב הזה. אולי ה- גיב הבא יהיה יותר טוב."

מתיחת-ביקורת:

הגישה החדשה

אם את עם ממוצעת, הסיכויים הם ש- כל דבר שאת אומרת לילדים כולל או תוכחה, או דבר-שבת.



אינסטינקטיבית הזאת. במקום זה, זכרתי שרצוי לזהות בקול את רגשותיה, במקום לנוף בה. אמרתי: "זה באמת קשה להי- שאר חולה בבית, כשאבא ואחייך הולכים לבלות." היא הגידה ראשה בעגמומיות. המשכתי. השתגעתי בטח ללכת איתם, נכון? כן, ענתה לי באנחה עמוקה, ותיכף אח- רי זה השתנה מצב-רוחה מהקצה לקצה והיא שקעה בקריאת ספר.

כשדברים משתכשים, אין זה הזמן ה- מתאים לתאר בפני בן-הטיפש-עשרה את אישיותו או תכונותיו. כשאדם טובע, מנ- סים קודם כל להוציא אותו מהמים, לא מתחילים ללמד אותו לשחות, או לבקר את חוסר-זהירותו, או לשאול אותו למה לא דאג בשעתו ללמוד שחייה. נותנים לו עז- רה — וזהו זה.

ביקורת מצד ההורים אינה שווה כלום, ברוב המקרים. היא מולידה רק התנגדות, כעס, ורצון לנקום בבנים — כאשר בן טיפשעשרה סופג ביקורת ללא הרף, הוא מתחיל להאשים את עצמו, ולמצוא מיגרעות באחרים. הוא מאבד את ביטחונו העצמי — ואת אמונו באחרים. והמצער ביותר הוא — שרובה של הביקורת היתה בכלל מיותרת. כשאנחנו טועים בדרך, בשעת טיול במכונית, איננו אורבים שמישהו ישאל אותנו:

"למה לא הסתובבת בפניית הנכונה?"

(המשך מעבר 97)



פרופסור גינות

בעמודים אלה מגיש לך, "עולם האשה" פרק נוסף מסיפורו של פרופסור חיים גינות, "בין חור- רים לבניה-נעורים". בעיקבות ה- הצלחה הסנסציונית של סיפורו הראשון, "בין חורים לילדים", זכה פרופסור גינות בארצות-הב- רית, מקום מושבו, לתואר "ד"ר ספוק של חרגשות". חסיבה: שיטותיו היעילות והמעשיות, ב- עוררן ניתן לכל אם ואב להתגבר על הבעיות עם ילדיהם — בע- יות הנובעות כימעט ללא יוצא- מהכלל ממצבים ריגשיים.