

את כועסת על בוך?

מכך, שהוריו יכעסו וישימו גבול להשגות ולחלוצות באיזו נקודה. מאוד לא רצוי להיות סבלני מדי עם בני הנעורים שלנו. כאשר את חשה בגל זעם גואה בקירבך, ואת רוצה להתפוצץ, אבל מצליחה לבלוע זאת, תהיה התוצאה שהבן או הבת יראו בכך צביעות, לא טוב ללב. כש את כועסת — תכעסי, אל תסתירי זאת.

כך

כועסין



ה עיקרון הוא פשוט מאוד: עליך להכיר בעובדה שמותר לך לכעוס כמה שמתחשק לך — ללא כל הרגשות אשמה. אך בתנאי אחד: שלא תעליבי את הצד השני באופן אישי. יש כמה שיטות להבעת כעס.

הראשונה היא הבעת מורת'רות — כקביעת עובדה. כשגירי בן ה-15 מתחיל לתופף במזלגו על הצלחת, יש לומר לו: "הקול הזה מפריע לי מאוד". הסיכויים הם שגירי ימשיך לתופף שניות מספר, ויחל לך.

אולם לעיתים מתפרץ זעמך כלבה גועשת. במיקרים אלו, עשי את הדברים הבאים: תארי במילים — כועסות ככל שיתחשק לך — את מראה עיניך.

תארי את ריגשותיך. אמרי מה שיש לדעתך לעשות. אל תתקפי את הבן או הבת שגרמו לך כעס.

גיהן בן ה-17 ביקש מאמו לקבוע לו תור לרופא שיניים — ולא הופיע. אמו, שהתרגנה על כך, הודיעה לו בצורה שאינה משתמעת לשתי פנים: "תדע לך שאני כועסת נורא. העמדת אותי במצב אירוטי".

תגובה זו עדיפה בהרבה על התקפות אישיות על שכנות וזלזול של גיהן, או על נסיון לעבור בשתיקה על הכעס.

כן, אין זה קל לכעוס בלי להעליב. לאדם המודרני, להורה המודרני — זה ממש נגד הטבע.

אבל זוהי חובתנו ללמוד לעשות זאת, אם ברצוננו לדעת לחיות עם הכעס — מבלי להרוס את אלה שאהבנו.

(המשך מעמוד 31)

"לא ראית את השלטן?"
"אין יודע לקרוא?"
"אולי אתה צריך משקפיים, לא?"

ביקורת חיובית — יש לה מטרה אחת ויחידה: להראות מה יש לעשות כדי לתקן, ולא כיצד להעליב מישהו אישית.

ביקורת שלילית, לעומת זאת, אינה ביקורת כלל. היא אוסף עלבונויות. הצרה היא, שאוסף זה נפלט מהפה לפני שחושבים על זה.

אבל בין הורים לנערים, אסור שדבר כזה יקרה. סאראקאס ולינגלוג מולידים בילדך שינאה. השינאה באה לביטוי בפנטאזיות של נקמה, ואלו יוצרים בו רגשי אשמה.

לפיכך זיכרי: נוצרה בעיניך הקפידה על שני חוקים:

- לעולם אל תתקפי תכונות אופי.
- טפלי רק במצב שנוצר, לא במעורבים בעניין.

איך לכעוס —

בלי להעליב



ה ורים רבים לאין ספור חושבים ש"כעס הוא דבר רע, רגש שחייבים להתגבר עליו ולבלוע אותו. הם מחנכים גם את ילדיהם, מניקות, לכבוש את כעסם ול"התבייש בו".

אין טעות גדולה מזו: הכעס הוא רגש לגיטימי, בדיוק כמו עייפות. מאות מיליוני הורים בעולם אינם יכולים לשנות — והם כולם כועסים על ילדיהם מפעם לפעם.

כשאת מביעה את כעסך, את משרתת משה חשובה: את מגלה שאיכפת לך. כש"אין כועסת, פירוש הדבר שאת אדישה. ואם את אדישה — סימן שאינך אוהבת. ואין דבר נורא מזה לילדך — להגיע, בגיל רגיש זה, למסקנה שהוריו אינם מתעניינים בו.

מי שאוהב, אינו יכול להימנע מלכעוס. אולם אין פירוש הדבר שהנער חייב להיות מוצף נחלי חימה וקצף יומם ולילה. פירוש הדבר הוא, שהנער יכול רק לצאת נשכר

לפעמים הם מקבלים התקפות הלשונות, ה"מיפלצות שלי" — ואז זה כמעין המתגבר. כולם מלשינים על כולם, וחוזרים שמתגלים, מה שהולך אצלי בבית מתחת לאף — אפשר להזדעזע ממס.

בפעם האחרונה שזה קרה, רק אני נכ" נסת בצהריים הביתה, מקבלת רוני בת ה-11 את פני בהכרח:

"אמא, תדעי לך שדנה ביקשה סוכריות. ולא רק זה — היא אפילו רצתה שאני לא אספר לך".

תקעתי בדנה מבט חמור. היא יודעת, הארטיסטית הזאת, שאני לא מרשה לה לז'ול סוכריות כל היום. אולם זאת לא חכמה שאפתח את פי במקום זאת פתחה היא ראשונה את פיה:

"מי, אני ביקשתי סוכריות? אמא, שלא תאמיני לה. לא ראיתי שקרנית כזאת ב"חיי".

בגיל שש, אני אומרת לכן, הן מסוגלות לשקר בפרצוף כזה תמים, שאינך מסוגלת כבר להאמין שזה שקר, אפילו כשאת יודעת שזה שקר.

"הוי, אמא, הכריזה רוני בבזבז, את לא רואה שהיא משקרת?"

"רמאת", הושיבה הקסנה בביטחה. אין לה שום יראת כבוד כלפי אחותה הגדולה. אינני יודעת מה יהיה הסוף. היא פנתה אלי:

"אבל אם את רוצה לדעת מה באמת קרה, אז אני אגלה לך: רוני אכלה את כל השקדים מהארון שבמיטבח".

★ הסתכלתי ברוני נדהמת: זה שהפספוסית תנסה להיות ארטיסטית — מילא: אבל גם

שהגדולה תלך בעיקבותיה? "השתגעתי" הסתערת עליה.

פה פרצה הילדה בבכי: "בחי, כל ה'חיים אני לא אדבר יותר עם המלשינה הק'טנה הזאת. לא רק שהיא זאת שפיתתה אותי לספס לארון ולהוריד את השקדים,

מה שהולך לעורר רגש או שמנוני. ללא שומן. במיכל ספריי. לעור רגיל או שמנוני.

ללא שומן. במיכל ספריי. לעור רגיל או שמנוני.

ללא שומן. במיכל ספריי. לעור רגיל או שמנוני.

ללא שומן. במיכל ספריי. לעור רגיל או שמנוני.

ללא שומן. במיכל ספריי. לעור רגיל או שמנוני.

ללא שומן. במיכל ספריי. לעור רגיל או שמנוני.



Baby Skol
מיוחד לתינוקות ופעוטות באריזת שפופרת.

Skol Peaux Sensibles
קרם מיוחד לעור רגיש

Aeroskol
ללא שומן במיכל ספריי. לעור רגיל או שמנוני.

Skol Richtan
"סקול ריצ'טן" ללא שומן. מיוחד לעור רגיל או שמנוני.

Skol Fluff
"סקול פלף" קצף במיכל ספריי. מיוחד לעור יבש.



שירות ידיעות אזורי

בהנהלה: יהודה טיננבוים

חקירות • בילוש •

איתור כתובות מבוקשים

גבית חובות, עקובים

דיונוגה 155 טלפון 240292.

