



OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## שיעור שלישי

כפי שלמדנו בשיעור השני, גישת המגדלור מזהה

2 סיבות שמובילות לדפוסי התנהגות הורית

שיוצרים קצרים בתקשורת עם הילד.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## הסיבה הראשונה

הקושי בזיהוי מודל ההורות שמתאים לנו, מוביל  
אותנו להתנהגות לא ברורה ולא עקבית שמבלבלת  
את הילד ומקלקלת את התקשורת אתו.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## הורות החדשה

ההורות החדשה שמה את הילד במרכז ודורשת  
מאיתנו לשלב בין הורות ישנה שנשענת על  
סמכותיות ונוקשות להורות חדשה, שמנסה להיות  
יותר מיטיבה, רכה, מכילה ואמפטיית.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## מודל-אב ומודל-אם

ניתן להגדיר זאת כרצון לשלב בין מודל-אב הישן  
והסמכותי, למודל-אם החדש הרך והאמפטי.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## הבעיה

רובנו מתקשים לשלב בצורה יעילה בין סמכותיות  
ונוקשות מכוונת לרכות מכילה ואמפטיית.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## דפוסים בעיתיים במודל-אם

רובנו מודעים לסכנות שבמודל-אב הסמכותי שיכול  
להידרדר לאלימות אבל, מתקשים להבין מתי  
דפוסים מודל-אם יוצרים קשיים שלא מאפשרים לנו  
לכוון את הילד לעבר התנהגות רצויה.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

**להלן מספר דוגמאות של דפוסי התנהגות**  
**מודל-אם שמקשים עלינו לכוון את הילד לעבר**  
**התנהגות רצויה.**





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## דפוס ההורה השקוף

הורה מיואש, שלא מצליח לכוון את הילד  
להתנהגות רצויה, יכול לפתח דפוס של הורה שקוף  
שמבטל את עצמו ומאפשר לילד לנהוג בחוסר  
גבולות ומשמעת.







OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## דפוס ההורה המרצה

הורה שנותן לילד הכול, ללא הגבלה וגבולות,  
מונע ממנו למידה של דחיית סיפוקים, גבולות,  
התחשבות בזולת ועוד.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## דפוס ההורה המגונן

הורה שלא מאפשר לילד להתמודד עם קושי או ביקורת, למעשה מקטין אותו ומונע ממנו לפתח אמונה בעצמו וביכולותיו.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## דפוס ההורה המסביר והדמוקרטי

ככול שהורה יותר דמוקרטי, מכיל ואמפטי כך  
גבולותיו מטושטשים יותר. הורה דמוקרטי מדי,  
לא יצליח לכוון את הילד לעבר התנהגות רצויה.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## דפוס ההורה שנע בין קצוות

הורה מתוסכל, שלא מצליח לכוון את הילד  
להתנהגות רצויה, יכול לנוע באופן לא יעיל בין  
דפוסים מודל-אב שמובילים לכעס ואלימות לדפוסים  
מודל-אם שמובילים לשקיפות וחוסר גבולות.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## למשל

הורה יכול לצעוק ולכעוס על הילד שלא ניקה את  
המטבח אבל, לעמוד ולנקות במקומו בזמן שהילד  
יושב על הספה ומשחק בטלפון (הורה שקוף או  
מרצה).





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## דפוס ההורה המתייג

כאשר אנחנו מתוסכלים מהתנהגות הילד, אנחנו  
נוהגים להצדיק ולהסביר את כישלוננו בעזרת תיוג  
הילד כבעל קשיים התנהגותיים, בריאותיים או  
מוסריים שלא בשליטתנו.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## תיוג על בסיס התנהגותי או מוסרי

הורה שמתייג את הילד כבעל קשיים התנהגותיים  
או מוסריים יתאר אותו כבלגניסט, עצלן, פחדן,  
לא אחראי, מפונק, לא מתחשב וכו'.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## תיוג על בסיס בריאותי או נפשי

הורה שמתייג את הילד כבעל קשיים בריאותיים,  
נפשיים או קוגניטיביים, יתאר אותו כחולני, חלש,  
דיכאוני, חרדתי, מכור למחשב וכו'.







OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## הסכנה שבתיוג

תיוג מקטין ומפתח בילד חוסר ביטחון ואמונה עצמית.  
הפחד או הכעס מהתיוג, גורם לילד להתגונן, לתקוף,  
לברוח או לקפוא ובעיקר, לא להצליח להתמודד עם  
הקושי כפי שנדרש ממנו.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## נבואה שמגשימה את עצמה

במקרים רבים התיוג יגיע לאבחון קליני שיפטור  
באופן רשמי את ההורה וגם את הילד מהאחריות  
לקושי למשל, אבחון של חרדות, דיכאונות,  
התמכרויות וקשיים אחרים.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## הדרך לפתרון

לאחר שראינו כיצד דפוס התנהגות הורית מודל-אם יכולים להקשות על מסרים מיטיבים ומכוונים, נציג דרכים להתמודד עם קשיים אלו.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## "סקלת ההורות"

נציב את דפוסי ההתנהגות ההורית על סקלה

(מצד אחד מודל-אב ומצד שני מודל-אם)

ונמדוד את העוצמה ותדירות השימוש שלנו

בדפוסי שונים.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## שאלון דפּוסי התנהגות

רוצים לדעת היכן אתם נמצאים על סקלת ההורות

ולהבין מאילו דפּוסי התנהגות כדאי לכם להיגמל

מלאו את שאלון התגובות לערך הורות.

(שאלון - דפּוסי תגובות הורית - הכרות)





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## רשימת הדפוסים לגמילה

לאחר מכן, כתבו מהם 3 הדפוסים בהם אתם  
משתמשים בתדירות גבוהה ומהם תרצו להיגמל.  
(פרופיל אישי של תגובות הוריות)





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## שלב המעשים

מרשימת הדפוסים לגמילה בחרו 2 דפוסים  
והתחילו להתאמן על הפחתת השימוש בהם.  
סיימתם... ניתן לעבור לדפוסים אחרים.





OMER GOLAN  
MENTORING YOUNG PEOPLE

## סוף שיעור 3

בשיעור הבא נסביר כיצד הקושי להגדיר את  
הערכים והנורמות שחשובות לנו גם מוביל לדפוס  
התנהגות שיוצרים קצר בתקשורת עם הילד.

