



מדעי ההתנהגות – היחיד והמשפחה - יחידת לימוד אחת עשרה

הורות סוגיות ודילמות – 10 שעות

מה תלמדו ביחידת לימוד זו?

פירוט	מושגים	נושא
<u>תפקידים הוריים</u> : סיפוק הצרכים הבסיסיים של בני המשפחה : מזון ומגורים, שייכות ואהבה, תמיכה והערכה, הגשמה עצמית. גישות שונות לשאלה מהו "הורה טוב"? "GOOD ENOUGH MOTHER" "האם הטובה דיה" דונלד וויניקוט, <u>סוגיות משפחתיות</u> : דמוקרטיה במשפחה- שוויוניות? היררכיה? אנרכיה? מהי סמכות הורית ? עד כמה ? כללים וגבולות במשפחה. שכר ועונש – מטרות : הבחנה בין טוב ורע, התפתחות השיפוט המוסרי (המצפון), הצבת גבולות. <u>חלוקת תפקידים</u> - מבוגרים, ילדים, שוויונית מגדרית ערכים ונורמות משפחתיות לצד נורמות חברתיות, ערכים מתנגשים, קריירה (עבודה) והורות (אמהות).	סמכות הורית, מנהיגות הורית. אסרטיביות, סמכותיות, עצמאות, תלות, חלוקת תפקידים, ערכים ונורמות, ערכים מתנגשים, נורמות משפחתיות, חינוך	הורות סוגיות ודילמות
בפרק זה עולים קונפליקטים וסוגיות המעסיקים את רוב ההורים. מומלץ ללמד את הנושאים בעזרת דוגמאות מחיי היום יום של הלומדים, לעודד דיון בסוגיות ולהתייחס לדרכי ההתמודדות שיעלו בשיחה.		

בסיום יחידה זו הלומדים:

- יכירו מושגים הקשורים למשפחה, סמכות הורית, סוגיות משפחתיות
- יקבלו כלים לדיון ושיח מוגן ומובנה בנושאים של קונפליקט, ערכים ונורמות במשפחה.
- יכירו ויבינו את המושג "אם טובה דייה"

שיעור 1-2

המשפחה – גישות תיאורטיות בחקר המשפחה

<https://textologia.net/?p=25495>

בסוציולוגיה ישנן מספר דרכים וגישות שונות לחקר המשפחה

1. הגישה הפונקציונליסטית

2. גישת הקונפליקט

כיצד מסבירה הגישה הפונקציונליסטית את מוסד משפחה?

לפי הגישה הפונקציונלית משפחה תורמת ליציבות ולהרמוניה בחברה. המשפחה

ממלאת פונקציות חשובות עבור החברה בכלל ועבור האנשים שבה בפרט.

משפחה היא מוסד חברתי חיוני המארגן בצורה היעילה ביותר את המשכיות החברה, את יחסי המין ואת תהליכי החיברות בצורה שתשמר את הסדר החברתי ההכרחי לקיומם של בני האדם.

המשפחה היא המוסד האידיאלי המאפשר לענות על הצרכים האנושיים הבסיסיים של הפרט, תפקידה כמתווכת בין האדם לחברה בתהליך החיברות הוא משמעותי ביותר ליציבות החברה.

הגישה הפונקציונלית מדגישה את תפקידו החיובי של מוסד המשפחה, בשמירה על יציבותה והמשכיותה של החברה, משום שהמשפחה ממלאת פונקציות חשובות:

- שמירה על המשכיות החברה: הולדת ילדים והגנה עליהם במסגרת המשפחה;
- הסדרת יחסים מיניים: במסגרת הממוסדת של המשפחה;
- הענקת תמיכה רגשית וחומרית: המשפחה כקבוצה מספקת צרכים אינסטרומנטליים ואקספרסיביים
- הגנה על ילודים חסרי ישע וסיפוק צרכי הילדים, שאינם יכולים לספק עצמם.



- המשפחה היא סוכן חיברות ראשוני ומשמעותי עבור הפרט. המשפחה מעבירה לפרט ערכים ונורמות, שפה, תפקידים מגדריים, עמדות ועוד, ובכך תורמת לשמירה על הסדר החברתי;
 - הצבה חברתית המשפחה קובעת מהו הסטטוס של הילדים- מצבם החברתי כלכלי של ההורים קובע את נקודת הזינוק של הילדים;
- מכאן שהמשפחה פונקציונלית לחברה.
- בחברה המודרנית קיימות פונקציות נוספות של המשפחה, אשר לעתים מתבצעות גם על ידי ארגונים שונים: חינוך, טיפול בחולים, טיפול בזקנים, סיוע כלכלי. בעבר תפקידים אלו היו נחלתה הבלעדית של המשפחה, כיום קיימים ארגונים המבצעים חלק מהתפקידים האלו.
- ביקורת על הגישה הפונקציונלית:
- חלק מן הפונקציות שממלאת המשפחה ניתנות להגשמה בדרכים אחרות.
 - קיימות תופעות דיס פונקציונליות במשפחות כמו אלימות, ניצול והזנחת ילדים.
 - גישה זו מתקשה להסביר את השינויים שחלים במוסד המשפחה.

האוניברסליות של המשפחה

המשפחה היא מוסד אוניברסלי הקיים בכל החברות בעולם. לא מוכרת כיום חברה שאין בה משפחות. יש לציין כי בכל חברה מאפייני המשפחה שונים. מדוע המשפחה היא מוסד אוניברסלי?

לפי ההסבר הביולוגי המשפחה היא התשובה ה"טבעית" לסיפוק יחסי המין והולדת הילדים, אך כיום ברור כי ניתן לקיים פונקציות אלו גם ללא משפחה.

ההסבר הסוציו-הביולוגי רואה במשפחה כיחידה המאפשרת לנשים הגנה בעת ההיריון והלידה, ולגברים מונופול על יחסי המין עם בת זוג אחת, ודאגה לצאצאים. עם זאת, הסברים ביולוגיים אינם מספיקים כדי להסביר את האוניברסליות של המשפחה.

ההסבר על פי הגישה הפונקציונליסטית הרואה את המשפחה כתופעה אוניברסלית המספקת מענה לצרכים הבסיסיים של הפרט אינסטרומנטליים ואקספרסיביים. המשפחה תורמת לחברה בשמירה על המשכיות (הולדה) וכן בהיותה סוכן חיברות עיקרי המעביר נורמות, ערכים, שפה וכו. '

כאן יש לפרט את כל 6 הפונקציות החברתיות המרכזיות המאורגנות באמצעות המשפחה כפי שפורטו קודם לכן

1. המשכיות החברה

2. הסדרת יחסים מיניים

3. הענקת תמיכה רגשית וחומרית (סיפוק צרכים אינסטרומנטליים

ואקספרסיביים)

4. חיברות (סוציאליזציה)

5. הצבה חברתית

6. חיברות ליחסי שיוויון ואי שיוויון

את הפונקציות של המשפחה, את תפקידיה ואת המשימות שהיא ממלאת אפשר למיין תוך התייחסות לשתי נקודות מבט:

1. המשפחה מנקודת מבטה של החברה- המשפחה כמוסד – למשפחה תפקיד מרכזי בהמשכיותה של החברה, היא משמשת סוכן חיברות מרכזי להעברת התרבות מדור לדור, ובכך היא שומרת על היציבות החברתית, באמצעותה מובטחת הגנה על הילדים, עונה על הצרכים האינסטרומנטליים והצרכים האקספרסיביים.
2. המשפחה מנקודת מבטו של היחיד – המשפחה כקבוצה- המשפחה משמשת לפרט קבוצה ראשונית העונה על הצרכים האינסטרומנטליים והאקספרסיביים שלו.

כיצד מסבירה גישת הקונפליקט את מוסד המשפחה?

לפי גישת הקונפליקט משפחה מהווה "מיקרו קוסמוס" (מראה קטנה) של החברה והיא מבוססת על יחסי כוח, אותם יחסי כוח המתקיימים בחברה ברמת המאקרו ; בין נשים לגברים, בין עשירים לעניים, בין דור ההורים לדור ההמשך וכו'. גישת הקונפליקט רואה את המשפחה כ"שדה קרב" בין פרטים לבין קבוצות בעלי אינטרסים שונים או מנוגדים כמו תחרות בין גברים לנשים או בין הורים לילדים. התחרות היא על משאבים חברתיים כמו כוח, יוקרה כבוד וכסף. לאורך ההיסטוריה לגברים יש יתרון ושליטה על משאבים אלו והם משתדלים להנציח את עליונותם ביחס לנשים. על פי גישת הקונפליקט המשפחה מבוססת על:

- יחסי כוח
 - יחסי תלות (כמו אישה וילדיה באב המפרנס, תלות הילדים בהורים וכו' , התלות כלכלית עלולה להוביל לתלות פיזית ונפשית).
- המשפחה משרתת את האינטרסים של בעלי הכוח בחברה, בעלי ההון, בעלי הדעה והמאה, ובכך תורמת לשימורו ויציבותו של המבנה הקפיטליסטי

במשפחה משתקף האי שוויון המגדרי המתבטא בתפקידים שונים של האב והאם או הבן והבת ובחלוקת הכוח ביניהם. במרבית המשפחות עדיין מתקיים הדגם הפטריארכלי.

הנצחת אי שוויון בין המינים – המשפחה מנציחה (מנציחה מהמילה נצח כלומר שומרת שסדר מגדרי זה יישאר כול הזמן) פטריארכליות באמצעות חלוקת תפקידים מסורתית בין המינים ואי שוויון ביחסי הסמכות במשפחה. היחסים במשפחה באים לידי ביטוי בהיררכיה חברתית הממקמת את הנשים ביוקרת סטטוס נמוכה יותר ושוללת מהן זכויות. לדוגמה, הנשים הן עדיין האחראיות העיקריות על ניהול משק הבית וגידול ילדים, לכן יש להן "כפל תפקידים" (הן השתלבותן בשוק העבודה והן אחריות על הבית והילדים),

המשפחה באמצעות תהליכי החברות משכפלת ומנציחה את העליונות של הגברים בחברה – ויוצרת אי שוויון מגדרי דפוסי סמכות, חלוקת תפקידים, חיזוק סטריאוטיפים וכו

למשל: עבודת נשים אינה נחשבת לעיקרית, היא מהווה מעין שסתום-בטחון. החברה לא ממש מעוניינת בקידומן של נשים בתחום התעסוקתי, ולכן החברה לא נרתמת לסייע לנשים עובדות, או לשנות את התפיסה המגדרית שיוצרת את תופעת ה"משמרת השנייה" "כשנשים נוטלות עליהן גם את עבודת משק הבית והילדים בנוסף לעומס המוטל עליהן כעובדות מחוץ לבית).

אפילו אי השוויון המעמדי מונח באמצעות המנגנון של ההצבה החברתית שמעניקה המשפחה – ההטפה לנישואין אנדוגמיים משמרת ומחזקת את הקיטוב : עשירים ובעלי מעמד מתחתנים עם בני מינם ולהיפך.

קיימת סתירה תרבותית בתפקיד המשפחה (בפונקציות שהיא ממלאת) : כמוסד שמרני המשפחה מחנכת לערכים של צניעות, הסתפקות המועט, עבודה, והיא נתקלת בבעיה חמורה כאשר החברה (מאקרו) לא מטיפה לאותם ערכים, אלא בדיוק להיפך – אמצעי התקשורת מחזקים ערכים של הישגיות, צריכה מוגברת, סיפוק מידי של דחפים, התעשרות מהירה וקלה וכו. '

מצב זה יוצר בלבול אצל הפרט ומגביר את הקונפליקטים בתוך המשפחה.

נקודות לסיכום גישת הקונפליקט

- רואה את המשפחה כזירה של מאבקים : בין נשים לגברים, בין הורים וילדים ובין אחים.
- מדברת בעיקר על המשפחה כמנציחה את אי השוויון המגדרי, התלות של האישה בגבר המפרנס, היווצרות של תפקידים מגדריים.
- המשפחה מנציחה את אי השוויון המעמדי- אנשים מתחתנים עם אנשים הדומים להם מאותה קטגוריה חברתית וכך אי השוויון החברתי נשמר.

טיעוני ביקורת כלפי/נגד גישת הקונפליקט :

1. תיאורית הקונפליקט מתעלמת מהתפקודים החיוביים של משפחה , עובדת היותה של המשפחה תופעה אוניברסאלית מעידה על כך שבכל זאת היא נחשבת לחיונית.
2. בדיוק מהסיבה שמשפחה מהווה "מיקרו-קוסמוס" של החברה היא עשויה להתפתח ולהוות המקום שמתוכו יצמח השינוי החברתי. למשל : אם בני זוג יגדירו מחדש את תפקידיהם המגדריים : כבעל ואישה או כהורים , ילדיהם יגדלו בבית שוויוני וכן הלאה. בני אדם יוצרים את המציאות במשפחה ולא להיפך.



פעילות 1

קראתם על שתי הגישות למשפחה : הפונקציונלית וגישת הקונפליקט

1. כתבו בטבלה טיעון בעד וטיעון נגד כל גישה
2. דונו, עם איזו גישה אתם יותר נוטים להסכים?

שם הגישה	טיעון בעד	טיעון נגד



שיעור 3-4

מהי סמכות הורית ?

ההגדרה "היבשה" של סמכות הורית מתייחסת לזכויות ולחובות של ההורים כלפי ילדיהם מרגע לידתם ועד להגיעם לגיל 18. תחת סמכותם ההורית, ההורים מקבלים החלטות המשפיעות על רווחת ילדיהם. תחת סמכות הורית, להורים יש את הזכויות והחובות האלה כלפי ילדיהם :

- משמורת
- השגחה
- הגנה פיזית ומנטלית
- בריאות בטחון ובטיחות
- הזנה
- חינוך

להורים יש את הסמכות להחליט עבור ילדיהם:

- היכן יגורו הילדים
 - להסכים או לסרב לטיפול רפואי (יש מגבלות לזכות זו לילדים בני 14 ומעלה)
 - להעביר הלאה את אמונתם הדתית
- הורים יכולים גם לתת באופן זמני למישהו אחר חלקים מסוימים מסמכותם ההורית, כגון משמורת, השגחה או חינוך. למשל, זה קורה כאשר בייביסיטר דואגת לילדים.

החשיבות של סמכות הורית

תכונות עיקריות שעליהם שמם דגש כאשר מדברים על הורות מיטיבה הן אכפתיות רגישות והתכווננות לילד, ועל סמכות הורית נהוג לחשוב בתור תגובתיות להתנהגויות שליליות של הילדים. סמכות הורית לא חייבת להיות קשורה בהתנהגות שלילית, היא יכולה להיות גם חיובית ולתת לילדים ביטחון ו"עוגן" הורות סמכותית חשובה ליצירה של קשר עם בסיס בטוח בין ההורה לילד ומחזקת את הילד להיות אדם בעל :

- בטחון עצמי גבוה ראיית האחר מסוגל לדחות סיפוקים
 - עמידות לאכזבות ונשיאת תסכול בצורה טובה
- ובאופן כללי- כוחות נפש חזקים .

סמכות הורית לילדים בגילאים שונים

- גיל הרך- שנותינו הראשונות הן קריטיות ביותר ומכוננות, סגנון ההורות שנפגין בשנים אלו ייצרב בתודעת הילדים, הלמידה הרגלים והמסגרת של ההורות ילכו איתם. כמובן שהדברים הם ברי שינוי בהמשך אבל אם ישנם

דברים שחשוב לכם להעביר לילדים, תכונות ואיכויות – זה הגיל. סמכות הורית בגיל הרך הולכת ומתעצבת לפי האופי המתגבש של הילד, צרכיו שפוגשים את אופי וצרכי ההורים. חשוב מאד להיות קשובים למה שהילד מביא ולא להנחית עליו גבולות מוגזמים אבל גם להחזיק מול הילד את ההרגשה שיש מבוגר אחראי בבית, שלצד חוס וטיפוח גם יש לו אמירה והוא יודע מה הוא עושה.

○ גיל ההתבגרות- נושא מורכב לכל הדעות.

סמכות הורית והצבת גבולות

להבדיל מההנחה הרווחת הורות סמכותית איננה חייבת להיות נוקשה או מרוחקת ולגרום לילדכם לאהוב אתכם פחות. הורות סמכותית משלבת בצורה מאוזנת הצבת גבולות ברורים אבל גם חום, קירבה, וסביבה תומכת. לא חייבים להיות הורים שמצייתים לילד או שהוא מציית לכם, אפשר להיות הורים שהם מנהיגים, מובילים את הילד ברוח חיובית דרך אתגרי החיים ויוצרים לו מסגרת גבולות טובה להישען עליה – ילד זקוק למסגרת וגבולות על מנת לגדול להיות אדם בריא. אפשר להשתמש כאן במשל, כאשר אדם הולך על גשר תלוי על פי תהום הוא לא יוכל להנות מהנוף והטבע אם לא יהיה שמור על ידי מעקות בטוחים שיתחמו את הגשר הוא רק יעסוק בהישרדות ופחד מנפילה, באותו האופן ילד ללא גבולות יתקשה לשרטט לעצמו גבולות בתוך חייו, ועלול להרגיש כאוס פנימי. גבולות פנימיים טובים עוזרים לנו ליצור מערכות יחסים בריאות בתוכן אנחנו שומרים על הגבולות שלנו.

<https://hiburimnamal.co.il/%D7%A1%D7%9E%D7%9B%D7%95%D7%A/A-%D7%94%D7%95%D7%A8%D7%99%D7%AA-2>



צפייה בסרטון

<https://www.youtube.com/watch?v=0ZoIk4pvHWE>

זהו זה! | פסיכולוג ילדים (עונה 4, פרק 15) 4 דקות

שאלות

- מה הבעיה בין הילד וההורים?
- מה ההורים רוצים? מה הילד רוצה?
- מהם דרכי ההתמודדות עם הבעיה שהוצגה?



טיפים וכללים לסמכות הורים - הרחבה

תהליך הסמכות ההורית אינו מושג בלחיצת כפתור! זהו תהליך הדרגתי, יום יומי, קשה ולעיתים מייאש.

כלל ראשון: הימנעו כמה שיותר מלהישמע ביקורתיים, אל תאשימו

או תשפילו את הילד, ואל תהיו השוטרים שלו. נסו להיות עניינים וליצור אווירה כללית חיובית ונעימה.

כלל שני: הדגישו כמה שיותר את החיובי, והצניעו כמה שיותר את השלילי.

השיטה שתעזור לכם לשים גבולות לילדים - ד"ר אילן טל מסביר

איך מפתחים סמכותיות בלי לדכא את הילד?

מתן תחושת עצמאות: מצאו כמה יותר דברים שיוכל לעשות לבד - למשל למזוג מיץ לכוס, גם אם הוא קצת נשפך. כך הוא יוכל להרגיש שהוא ילד שסומכים עליו, עצמאי ולא תמיד החלש.

מתן תחושת שליטה: כאשר החלטתם שהגיע הזמן להפסיק פעולה שהוא אוהב, כמו לראות טלוויזיה, תנו לו לעשות את הפעולה לבד, תנו לו את השלט ואמרו לו "אתה תסגור את הטלוויזיה". כך הוא ירגיש יותר שליטה, בחירה ועצמאות, ופחות כפיה שלכם עליו.

הכנה מראש: לעיתים לילדים קשה להפסיק לעשות משהו שהם אוהבים, לכן הכנה מראש תעזור להם להתכונן, תיתן להם זמן הסתגלות, לא "תיפול" עליהם בהפתעה, ותמנע עימותים מיותרים. כך למשל אמרו: "עוד מעט אבקש ממך לאסוף את כל המשחקים", אפשר גם לספור עד עשר או להמחיש את ההפסקה על ידי שיעון, ולהגיד: "כשהמחוג יגיע לכאן נפסיק לשחק".

הגדלת מרחב הבחירה: תנו לו לבחור או להעדיף מה הוא רוצה, ככל האפשר. למשל להציג לו בבוקר שתי אפשרויות של חולצות הוא יבחר מה הוא רוצה ללבוש. אפשר לעשות זאת גם על מה לאכול (טונה או חביתה) וכל דבר אחר. מומלץ להדגיש לו במילים: "עכשיו קוראים את הספר שאתה בחרת".

מתן חיזוקים חיוביים על איפוק, שליטה עצמית, חוסר הפרעה וכו': הנטייה שלנו כהורים היא לתת חיזוקים שליליים, "לא עושים ככה", ולשכוח לתת חיזוקים חיוביים. לכן נסו לזכור לתת לילד גם חיזוק חיובי על שלא עשה משהו שאסור לו או

על שהתאפק. "מאד רצית את הממתק, אבל התאפקת עד שסיימת את ארוחת הערב. זה בטח היה קשה, אבל הצלחת, כל הכבוד".

מתן הסבר לגבי סיבת האיסור : הסבירו לילד, את סיבת האיסור וודאו שהבין. כך הוא יבין שהאיסור הגיוני ויהיה לו קל יותר ליישמו, ומלבד זאת יחוש שמכבדים אותו. כך, אם אסרתם על הילד לצאת לגינה, הסבירו למה (קר, חם, לילה וכו').

מתן אלטרנטיבה חיובית : לאחר שאמרתם "לא", אל תשאירו את הילד בלי אלטרנטיבה אחרת. למשל: אם אסרתם עליו לצאת לשחק בגינה (והסברתם לו למה אסור), אמרו לו מה הוא כן יכול לעשות עכשיו (לשחק בבית ועוד). לרוב, זה עוזר להסיח את דעתו של הילד למשהו חיובי.

שיקוף הרגש שמאחורי ההתנהגות : למשל, ילד שהתחצף להוריו. ראשית, שקפו לו איך הוא מרגיש - "דיברת לא יפה, כי אתה כועס עליי", וגם איך ההתנהגות שלו גורמת לך להרגיש "זה לא נעים לי שאתה מדבר אלי כך".

להציג מטלות באופן חיובי : כאשר עושים מטלות בכיף, נותנים משמעות למטלה, ובעיקר לא מציגים אותה באופן מתנצל או שלילי ("אין ברירה חייבים להתקלח"), בה הילד תופס שמדבור במטלה מעצבנת. לכך נסו להפוך את החוויה לחיובית: "בוא נראה מי יצחצח יותר מהר שיניים, ללוות בשיר ולאסוף את המשחקים יחד-נראה, נראה, נראה - מי אוסף יפה" ועוד.

פתרון ביניים על ידי מו"מ עם הילד : למשל, ההורה רוצה שהילד יבוא לארוחת ערב, והילד מסרב כי הוא בונה פאזל. שאלו את הילד האם יש לו רעיון מה עושים? סביר שהילד יציע לגמור קודם את הפאזל. הציעו לו להמשיך עוד קצת, לבוא לאכול ולהמשיך אח"כ, בקשו ממנו לבחור איזה חלק יסיים קודם. הילד אומר "רק אסיים חלק זה ואבוא..."

תיקון ההתנהגות הלא נאותה : אפשרו לילד לעשות תיקון - אם הרביץ לאחותו - שיבקש סליחה, אם שבר את המשחק, להדביק אותו יחד ועוד.

מה עושים כשזה לא עובד?

הפעלת סנקציות ועונשים - חשוב שהעונש יהיה בסמוך למעשה וקשור מבחינת תוכנית. לדוגמא: ילד חטף לאחיו את המשחק ואחיו בוכה. אמרו לו: "עכשיו אתה לא יכול לשחק במשחק, אצלנו בבית לא חוטפים".

הרחקת הילד ממקום ההתרחשות. חשוב להסביר לילד למה הרחיקו אותו: "תלך לחדר כי הרבצת לאחייך וזה אסור", "אחרי שתירגע תוכל לחזור לכאן להיות איתנו".

במקרה של אלימות מצד הילד - החזקה פיזית. החזקת הידיים או "חיבוק דבי". ולהגיד לו: "עכשיו קשה לך לשלוט על הידיים שלך, אז אני אעזור לך. אתה חושב שעכשיו אתה יכול לשלוט עליהן לבד?"

סגנונות הורים

ההורה המתערב

סגנון שמתאפיין בחוסר נפרדות מספקת של ההורים לילדים. אלה הורים שיודעים הכול על ילדיהם, בעלי עמדה חזקה לגבי המתרחש בחייהם ויכולת השפעה גבוהה על הילדים. הורים אלה נתפשים פעמים רבות כהורים שיודעים להציב גבולות ולכוון היטב את ילדיהם. הם פועלים מתוך כוונות טובות, כך שילדיהם יחיו "נכון" יותר ולא יעשו "טעויות", אך לעתים הם אינם מודעים לצורך של הילד ביותר מרחב, עצמאות או פרטיות.

במקרים רבים זהו המודל ההורי שקיבלו ההורים מהוריהם שלהם, ולכן טבעי שימשיכו באותו קו. אך כשאננו מצליחים להניח לילד שלנו בעת שהוא עצבני ולא רוצה לדבר, לא מקשיבים לו כשהוא אומר שלא אוהב לקבל נשיקות, מכריחים אותו לומר "שלום" ו"סליחה" כשאנו רוצה, או כשדוחקים בילד ביישן להיות פתוח וידידותי יותר - אנחנו עלולים להוות עבורו (על אף כוונותינו הטובות) מודל שלילי של חוסר כבוד לגבול שהאחר מציב.

ההורה המשליך

סגנון שמתאפיין בתפישה של ההורים כי ילדיהם הם שלוחה שלהם ולא ישויות עצמאיות. הורים אלה חווים הצלחות של ילדיהם כהצלחות שלהם, וכך גם כישלונות. הם משליכים על הילדים חלומות, רצונות ודברים שלא הגשימו בעצמם כילדים ואינם מספיק קשובים למה שהילדים רוצים וצריכים. במצב זה מתפתחת סימביוזה בין ההורה לילד, שבה אף אחד מהם אינו מודע לזהותו העצמאית. דוגמאות לכך ניתן לראות בהורה שצועק על בנו בזעם במהלך משחק כדורגל כשהוא לא עומד בציפיותיו, או הורה הדורש מבתו להמשיך בחוג פסנתר כשהיא לא נהנית מהנגינה ומבקשת להפסיק.

ההורה הנוקשה

באופן פרדוקסלי, סגנון ההורות הזה, המתאפיין במשמוע חזק וקפדני, דווקא פוגע בהצבת גבולות. כשהורה לא מצליח להשיג את שיתוף פעולה מצד הילד בדרכים של שיח והקשבה, הוא פונה מתוך תחושת חוסר אונים לנוקשות, איום וענישה. צעד זה נובע מחוסר מודעותו לשלב ההתפתחותי של הילד, או מתוך דרישה מהילד לסגל התנהגויות שמוקדם מדי עבורו לרכוש ולהפנים.

דוגמה לכך ניתן לראות בילד שאוסרים עליו ללכת לחוג שהוא אוהב אם הציון במבחן לא מספיק טוב. או ילד עם קשיי קשב וריכוז שההורים מענישים אותו אם אינו יושב לשולחן האוכל במהלך כל הארוחה. סגנון זה מתאפיין בהתניות רבות

המסתכמות במבנה: "אם תעשה מה שאני אומר - תוכל לקבל את מה שאתה רוצה."

בכולנו יש הכול

בשלושת המודלים לעיל יש חדירה של ההורה אל המרחב האישי של הילד. למראית עין נראה ההורה כמי שמציב גבולות (והילד כמי כמקבלם), אך בפועל מה שמתרחש הוא ציות ולא הפנמה אמיתית של גבולות. בשלושת המודלים ההורה מפר את הגבולות שהילד מבקש להציב ובדרך זו מלמד אותו דווקא היעדר גבולות. לעיתים התנהגויות הוריות אלה נעשות מתוך חרדה של ההורה מנפרדותו של הילד. הנפרדות (הווה אומר, עצמאות) נחוות על ידי המבוגר כפרידה שמאיימת עליו. לכן, הוא מבטל אותה ומשתמש בטכניקות של התערבות, השלכה או ענישה. אם נהיה כנים עם עצמנו, בכולנו יש חלקים מסוימים מכל הסגנונות ההוריים שתוארו כאן. כולנו מתערבים ומחטטים לפעמים יותר מדי, ממשמעים חזק מדי, חווים את ההצלחות או הכישלונות של הילד כאילו היו שלנו. זה טבעי. מה שעושה את ההבדל בין התנהלות הורית שמאפשרת לילד להתפתח באופן תקין לבין התנהלות הורית שעלולה לפגוע בהתפתחותו היא המודעות של המבוגר. כשאנחנו מודעים לסגנון ההורות שמאפיין אותנו ולהשפעה שלו על הילד, אנחנו מחדדים את היכולת שלנו לפעול רוב הזמן מתוך היענות לצרכים הרגשיים האמיתיים שלהם, ולא מתוך הצרכים הרגשיים שלנו.

אם כך, אפשר להסתכל על הצבת גבולות כתהליך הדרגתי ועמוק, שניזון לרוב מהדוגמה שאנחנו נותנים לילדינו דווקא בעניינים שלא נתפשים באופן אינטואיטיבי כקשורים להצבת גבולות. כגון: כמה אנחנו עוזרים להם להרגיש שמכבדים את רצונותיהם ואת הגבולות שהם מציבים לסביבתם; איך אנחנו מצליחים להציב להם גבול בעזרת אמון ושיח בלי להשתמש בכפייה וכוח; איך אנחנו עוזרים להם להרגיש שדעותיהם ורצונותיהם חשובים לנו ובעלי ערך.

הצבת גבול אמיתית נובעת מתוך היכרות עמוקה עם המאפיינים והצרכים של הילד, יכולת להקשיב ולהתפשר מבלי להיבהל שנאבד שליטה על התנהגותו או שנאבד את הסמכות שלנו. אם נצליח לתקשר עם ילדינו מתוך כבוד והשתתפות בחייהם, ומתוך הקשר הזה והנוכחות הזו לשרטט את הגבול - יהיה זה גבול יותר עמוק ומשמעותי שילווה וישמש אותם בהמשך.

<https://www.haaretz.co.il/family/osnatgarty/2019-08-07/ty-article/0000017f-f8c7-d044-adff-fbffa9ba0000>

מתוך כתבה בעיתון הארץ – אסנת גרתי



האם המשפחה שלכם היא דמוקרטיה או דיקטטורה ?

בדומה למדינה, גם המשפחה היא מערכת שלטונית סגורה. גם הילדים וגם ההורים הם אזרחים, אבל רק ההורים (לפחות בתיאוריה) מרכיבים את השלטון וממלאים את תפקידי הרשות המחוקקת, המבצעת והשופטת גם יחד.

דמוקרטיה ודיקטטורה במשפחה

בעבר הלא רחוק, הורים כמעט ולא נאלצו להתמודד עם שאלת חלוקת הכוח והאחריות על קבלת ההחלטות במשפחה. במובנים רבים, רוב המשפחות התנהלו באופן שמזכיר דיקטטורה. ההורים (או לעתים רק אחד מהם) היו הקובעים ואין בלתם. במשפחות מהסוג הזה, ההורים החליטו איך המשפחה תתפקד ומה נדרש מכל ילד וילד. הם קבעו מה יוגש לאכול ומתי, איזה בגדים מותר ללבוש, מתי מותר להיות מחוץ לבית ואיך מותר או אסור לדבר ולהתנהג. ומי שלא ציית לכללים? בדיקטטורה כמו בדיקטטורה, הופעלו סנקציות שבדרך כלל גרמו לו להימנע מפורענויות כאלו בשנית.

היום, הדברים עובדים קצת אחרת. אומנם יש לא מעט משפחות שפועלות באופן הזה, או לפחות מזכירות אותו, אך הורים רבים שואפים לקיים תקשורת פתוחה וקרובה יותר עם הילדים שלהם. תקשורת שמקדמת תחושה של שוויון בין כולם, ובמסגרתה גם למי שאיננו "בשלטון" יש השפעה על קבלת ההחלטות. במילים אחרות, דמוקרטיה. אך גם המשפחות האלו נעות על רצף שמאופיין במידת הבחירה והשליטה הניתנות לילדים, כשהגבול המתירני מכיל הורים שמאמינים שצריך לזרום באופן מלא עם הילדים ולתת להם לקבוע את הכיוון.

בעולם המושגים של חקר ההורות, שני סגנונות ההורות המנוגדים הללו נקראים "הורות סמכותנית" ו"הורות מתירנית". הם הוגדרו לראשונה על ידי הפסיכולוגית דיאנה באומרינד, כאשר היא וחוקרים אחרים ערכו מחקרים על ההשפעות של סגנונות ההורות על התפתחות הילדים.

דיון מעמיק בסגנונות ההורות האלו יכול להעסיק טורים שלמים. לצורך הדיון כאן רק אציין שבגדול, לשני סגנונות ההורות האלו – סמכותנית ומתירנית – יש השפעה שלילית ארוכת טווח על הילדים. בין אם אנחנו מנסים לשלוט בכל אספקט בחיי הילדים ולצמצם את מרחב הפעולה שלהם, ובין אם אנחנו מאמינים שעלינו לתת לילדים את כל מרחב הביטוי והבחירה (יש יגידו, עד לרמה שבה הם שולטים בנו) – אנו מגדילים את הסיכוי שהם יפתחו בעיות הקשורות לערך וביטחון עצמי, קשיים שיתבטאו בחרדות או דיכאון ובעיות ביצירת קשרים חברתיים.

אנחנו יכולים לנוע ולהגיע אל מקום מסוים באמצע, שבו נמצא סגנון ההורות השלישי שתיארה באומרינד, "ההורות הסמכותית" (להבדיל מהסמכותנית. זה מבלבל).

באנלוגיה לצורות השלטון, ההורים הסמכותיים שואפים לקיים דמוקרטיה עם מנהיגים, באופן דומה לאידיאל הדמוקרטיה הייצוגית שאנחנו מכירים היום. הם מייצרים מערכת יחסים קרובה וחמה עם הילדים, מקשיבים למה שיש להם לומר ונותנים להם את התחושה (האמיתית) שהדעה שלהם חשובה ונחשבת. אבל בסופו של דבר, מי שמקבל את ההחלטה ונושא באחריות הם ההורים. אצל הורים כאלו, התשובה לאמירה "אתם לא מחליטים עלי!" תהיה "הו חמוד, אנחנו בהחלט מחליטים עליך. אנחנו ההורים שלך וזה התפקיד שלנו להחליט איך דברים ייעשו כאן בבית, אבל בהחלט נשמח לשמוע מה דעתך לפני שנחליט." באופן לא מפתיע, מחקרים מצאו שסגנון ההורות הסמכותי תורם להתפתחות הנפשית של הילדים. הם נוטים להיות בטוחים יותר בעצמם, עצמאיים יותר בבגרותם וסובלים פחות מקשיים רגשיים.

<https://www.haaretz.co.il/family/erankatz/2019-04-03/ty-article/0000017f-f899-d044-adff-fbf93ab60000>

הארץ



שיעור 5-6

ויניקוט: האיש ששחרר אימהות מלהיות מושלמות

<https://www.haaretz.co.il/family/noaheiman/2018-11-27/ty-article/0000017f-f8c4-d887-a7ff-f8e4cab50000>

דונלד ויניקוט (1896-1971) היה רופא ילדים, אבל השפעתו על השיח הפסיכולוגי היא אדירה. בין השאר הוא טבע את המונח המכונן (והתיאוריה שמאחוריו) "אם טובה דיה" וניסח לראשונה את סוגיית "אובייקט המעבר" המוכרת לכל הורה לפעוט

דונלד ויניקוט, רופא ילדים בריטי, טבע מונחים רבים שחדרו לעולם הפסיכולוגיה. גדולתו בהתבוננות הרעננה שלו על יחסי אם-תינוק. הוא דיבר על אהבה ושנאה והדגיש ניואנסים עדינים בקשר בין אם לתינוקה.

אם טובה דיה

כשתינוק נולד, יש לו תלות מוחלטת בדמות המטפלת בו (נקרא לה כאן "אם", כפי שוויניקוט כתב, אבל זה תקף לכל דמות מטפלת). לפי ויניקוט, התינוק תלוי באימו כי הוא נולד ללא אינטגרציה וללא יכולת להבחין בין מציאות פנימית לחיצונית. על כן, אימו מהווה "סביבה מחזיקה" בעבורו, הן ברמה הפיזית והן ברמה הפסיכולוגית. ברמה הפסיכולוגית, האם היא סביבה מחזיקה בכך שהיא מסננת עבורו גירויים ומווסתת עבורו את העולם. דוגמה ברורה לכך היא שרוב ההורים מבינים אינטואיטיבית שעליהם למנוע מהילד לראות חדשות או תכנים אלימים בשנים הראשונות לחייו.

יחד עם זאת, כל ילד גם לומד לחוות תסכולים. כל עוד התסכולים הם במסגרת הסביר, או בשפתו של ויניקוט - האם או הסביבה "טובה דיה" - הילד יפתח תהליך היפרדות בריא ונורמלי. כשהתסכולים הם טראומטיים, כמו הזנחה או ניכור, או מעבר לגבול היכולת של מה שהתינוק מסוגל לשאת, התינוק עלול לפתח הפרעות חרדה, קושי בבוחן מציאות וחוסר אינטגרציה. למשל, תינוק שגדל בסביבה מזניחה או מתעללת, לא מצליח לעשות חיבור בין "אני רעב – האוכל מגיע". זה החיבור הראשון והבסיסי ביותר שאנו לומדים. כשהסביבה מזניחה ולא מאפשרת לתינוק אפילו את החיבור הבסיסי הזה, בין רעב לשובע, התינוק יתקשה לעשות חיבורים יותר מורכבים, כמו להבין מה הרגשות והצרכים שלו ומה הקשר בין ההתנהגות שלו לתגובות של הסביבה.

יחידת אם-תינוק - אחד מחידושיו של ויניקוט הוא התפיסה שתינוק אינו ישות נפשית עצמאית, אלא חלק מ"יחידת אם-תינוק". כלומר, התהליכים הראשוניים לא מתרחשים בתוך התינוק, אלא בתוך הקשר שלו עם מטפליו. הוא מבטל תאוריות

של קודמיו לגבי הנעשה בתוך התינוק, ומתמקד ביחסים של התינוק עם אימו. מתוך אותה תפיסת עולם עולים שני מושגי יסוד נוספים: **החזקה (Holding)**, המדגישה את חשיבותו של הקשר הגופני, אך גם מציינת את חשיבות ההיענות לצרכים רגשיים מורכבים. משמעות הרעיון של אם-סביבה היא שאנו שורדים את הילדות המוקדמת תוך אשליה שהאם והסביבה שהיא יוצרת - הם העולם כולו, כיוון ש"אי בשלות האני מאוזנת באופן טבעי על ידי תמיכת-אני מצד האם".

תפיסות אלו הן אבני יסוד בתפיסתו הקלינית של ויניקוט, ובהתייחסותו לטיפול כסביבה היוצרת החזקה, שמאפשרת התפתחות של המטופל בתוך סביבה בטוחה.

אם טובה דיה

ויניקוט מבחין בין אם טובה דיה לאם שאינה טובה דיה. **"האם הטובה דיה"** מתאימה עצמה באופן פעיל לצורכי תינוקה. בתחילת חיי התינוק ההתאמה מושלמת והיא מתמעטת בהדרגה. כאשר האם נותנת מענה מוצלח לצורכי התינוק ולהתנהגותו, היא מאפשרת לתינוק לפתח תחושת מסוגלות בריאה, עליה הוא יכול לוותר בהדרגה ולפתח בעצמו בוחן מציאות.

לעומת זאת, "אם שאינה טובה דיה" אינה מספקת לתינוק סביבה טובה דיה, או כושלת בביצוע התרחקות הדרגתית ממנו, ובכך מחלישה את התפתחותו הרגשית של הילד.

ניתן לומר כי אם טובה דיה על פי ויניקוט (או הורה טוב דיו), היא אם אשר קשובה לצרכי התינוק, ומצליחה לספק צרכים אלה, וכן לתת מענה למאפיינים האישיים של התינוק, כמעט במדויק, רוב הזמן. בתוך כך, הכוונה היא גם ליכולתה של האם להתאים את המענה האימהי לצרכיו המשתנים של התינוק לאורך התפתחותו, אשר הופך בהדרגה יותר עצמאי ונפרד ממנה. ויניקוט טען כי רוב האימהות הן אימהות טובות דיין באופן טבעי

דונלד ויניקוט שירת במלחמת העולם ה-1 בחיל הרפואה והוצב במשחתת של הצי האנגלי כקצין רפואה. לאחר סיום המלחמה השלים את לימודי הרפואה בהם נחשף לכתביו של פרויד. בהמשך ניהל את מחלקת הילדים בבית החולים פדינגטון בלונדון, שם עבד שנים רבות ובמהלכן פיתח תאוריות הנוגעות לעולמם הנפשי של הילדים. ויניקוט ניסה להבין את האדם החל מהיותו תינוק, במיוחד בראי יחסי אם-תינוק, לפיכך התאוריה שלו נקראה **תאוריית יחסי אובייקט**. הטענה המרכזית של ויניקוט היא כי התינוק אינו קיים ברשות עצמו ללא האם (**"אין כזה דבר תינוק ללא האם"**) וכי הוא מושפע באופן מלא מהנוכחות שלה, שניהם כיחידה אחת המושפעת ומשפיעה.

ויניקוט הוא זה שהמציא את המושג "אם טובה דיה" – (Good enough mother) "אם שנוכחת מספיק, שנמצאת, קשובה לתינוק, לצרכיו, כך שיוכל לפתח "עצמי אמיתי", אך לא באופן טוטאלי וסימביוטי. זהו מושג שמתאר מרחב בו האם מאפשרת לתינוקה להתפתח כיאות וכהלכה. לרוב היא נענית לצרכי התינוק כאשר מתבקשת לכך ויוזמת זאת כאשר יש צורך, אך באופן טבעי גם לעיתים אינה פנויה לספק מיד את צרכיו. לעיתים היא "נכשלת" בתפקידה מנקודת מבטו של התינוק, אך כך למעשה התינוק לומד אט אט לווסת ולמתן את רצונותיו וצרכיו על פי היכולת של האם, כך שעם השנים ידע לדוגמה להמתין באופן סביר עד שארוחתו תוגש או תתחמם ולא יבכה ויתרגש מכך באופן מיד.



סרטון

<https://www.youtube.com/watch?v=ZaZkvvB367I>

פסיכותרפיה - דונלד ויניקוט 6 דקות



מה ההבדל בין האמא הטובה ביותר, לבין האמא הטובה דיה?
האם האמא הטובה דיה, היא האמא הטובה ביותר?



שיח ודיון

ויניקוט סבר כי במידה והדמות המטפלת העיקרית אינה מצליחה לספק אימהות טובה דיה, תפגע ההתפתחות הנפשית הבריאה של הילד. **אם שאינה טובה דיה, תפגיש**

את ילדה עם סביבה הדורשת ממנו להתאים עצמו אליה באופן מידי, ותאלץ אותו להתמודד בטרם עת עם העולם החיצוני, באופן שמסכל את התפתחות הסובייקטיביות שלו.

ויניקוט טבע את המושג אם-טובה-דיה כדי לתאר דמות מטפלת שמצליחה לספק את סוג הסביבה שהתינוק זקוקה לה; מצב שבו האם מסגלת את עצמה ואת קיומה - תוך ויתור משמעותי על הסובייקטיביות שלה - כדי להיענות כל כולה לצרכיו של התינוק. ויניקוט גרס שבעקבות התנהלות זו של האם, התינוק יגדל להיות אדם שתופס את עצמו ואת חייו כאמיתיים (ולא כוזבים) ומלאי משמעות. ויניקוט האמין שבמצב תקין, האם מצליחה להשהות את הסובייקטיביות שלה ולהפוך למי שמוקדשת כל כולה ליצירת סביבה מיטיבה לתינוקה. רק בהמשך התפתחות התינוק היא שבה, בהדרגה, להיות אדם סובייקטיבי ונפרד בעל צרכים.

היכולת להיות לבד

בעיני ויניקוט, היכולת להיות לבד מתפתחת בהדרגה ולאורך זמן, מתוך החוויה הראשונית והבסיסית של הימצאות התינוק לבד בחברת אחר משמעותי, דוגמת אמו (או "תחליף אם": אביו או מבוגר משמעותי אחר). במילים אחרות, החוויה של להיות לבד קורמת עור וגידים כאשר האם, כדמות מרגיעה ועוטפת, מחזיקה (holding) את הרך הנולד באמצעות נוכחותה. נוכחות מרגיעה ומעוררת אמון זו, מרחפת ברקע ומאפשרת ל'אני' הלא בשל של הילד להיתמך ולהתחזק באמצעותה. באופן זה, הילד הצעיר מפנים את החוויה שבה הוא והאם נמצאים לבד ביחד (לבד-יחד), צובר ביטחון ביכולתו להיות מה שהוא, כך שבחלוף הזמן מתפתחת היכולת להיות לבד גם ללא נוכחות האם הממשית ובלי שחויית הלבד תעורר חרדה.



קונפליקטים במשפחה

קונפליקטים הם חלק בלתי נפרד מחיי המשפחה. אפשר אפילו לומר, שלא סביר שקיים בית בו לא התעורר מעולם חוסר הסכמה. הבשורות הטובות הן, שאפשר לשפר את היכולת למנוע עימותים מיותרים וגם את היכולת להתנהל נכון יותר בעימותים בלתי נמנעים. הדבר נכון אף יותר, אם אתם הורים המתמודדים עם קשיים נפשיים, העלולים להשפיע על מצב רוחכם ועל האופן בו אתם תופסים את המציאות.

הנה כמה דגשים, העשויים לסייע בניהול קונפליקטים משפחתיים:

- מודעות לנקודות החולשה שההתמודדות הנפשית מביאה עמה - ככל שתדעו לזהות תחושות, מחשבות או התנהגויות המאפיינות מצבים שליליים, כך תוכלו גם להימנע ממצבים של תקשורת מורכבת ולצמצם התלקחות של עימותים וויכוחים.
 - מודעות למצבי לחץ, וחשיבה מבעוד מועד על דרכי התמודדות יעילות עמם (למשל: לקחת פסק זמן לעצמי, הכנה מבעוד מועד של פתקי תזכורת לרגעי קושי, היעזרות באדם קרוב שידרוש בשלומי כל פרק זמן מוסכם).
 - שיח עם בני המשפחה, בצורה פתוחה ומותאמת, על קשיים העלולים לאפיין אתכם ועל דרכי התמודדות משפחתית אפשריות. ישנה חשיבות גדולה לשיח מסוג זה ברגעי שלווה וקירבה, ולא ברגעי עימות או כעס כמוכח.
- לאחר עימותים או אי הסכמות, כאשר הרוחות רגועות, חשוב לעודד שיתוף ופתיחות באשר לחוויות של כל בני הבית. שיח כזה מאפשר לבני המשפחה לפרוק את תחושותיהם ואף לשתף בנקודת מבטם על ההתנהגות שלכם, ומאפשר לכם להכיר בקושי שהם חוו, ואף לקחת אחריות במקרה שאתם מרגישים שהתנהגתם בצורה לא מותאמת, או חסרת שליטה, בעקבות הקושי הנפשי שלכם.
- לצד זה, כדאי להזכיר שלא פעם, עימותים או ויכוחים יכולים להיות טבעיים ואף נחוצים ושמתוקף תפקידכם כהורים, עליכם להעמיד גבולות וציפיות במסגרת חיי הבית. חשוב לאפשר גם על זה שיח, ובמידת האפשר מתוך עמדה משותפת עם בן.ת הזוג שלכם.
- ככל שניתן, חשוב שלילדכם יהיה אדם בוגר וחיצוני למשפחה הגרעינית, אתו הם מרגישים בנוח לדבר, כאשר הם מודאגים או לחוצים. אלה יכולים להיות בני משפחה מדרגה שניה, חבר או חברה קרובים, מחנך, מטפל או חונך מטעם פר"ח או מעמותת אח בוגר אחות בוגרת. כתובת של אדם בוגר חשובה עבור ילדיכם, במיוחד בזמנים בהם אינכם זמינים עבורם.

קונפליקטים במשפחה

הקונפליקט מוגדר במילון (המילון השלם עברי-עברי, יעקב שויקה)

- **כסכסוך, עימות, מאבק, מצב קשה הנוצר בשל תפיסות או אינטרסים מנוגדים המתנגשים זה בזה ועשויים להביא לקרע או לפילוג.**

- **התנגשות בין שני אנשים או יותר המנסים להשיג אותה מטרָה, כאשר השגתה בידי האחד תמנע את השגתה בידי האחר.**

לקונפליקט עשויות להתלוות תחושות של אי הסכמה, חוסר אונים, אכזבה, דאגה, פחד, עלבון, פגיעה בערך העצמי, ועוד.

יש קווים משותפים לתהליך הקונפליקט ולפתרונו:

* חוסר מודעות לקיום הקונפליקט

* היווצרות מודעות לעימות, הגוררת ניסיון להימנע ממנו או להתכחש אליו

* היווצרות של הסלמה במצב, ההופכת את קיומו של הקונפליקט לבלתי נמנע

* חיפוש המקור האמיתי לבעיה

* מציאת פתרון

* עריכת הסכם מפורט שתחום בזמן מוגדר מראש ובדיקתו בתום התקופה

הכול נשאר במשפחה

חילוקי דעות בין אנשים ובתוך המשפחה מתרחשים בשגרה היומיומית ומהווים חלק בלתי נפרד מהחיים. קונפליקטים עלולים להיגרם כתוצאה מסדרי עדיפויות שונים, פגיעה בערך, פער בתפיסה, תחרות, חלוקת משאבים, חוסר הקשבה, זלזול, התנשאות, חוסר רצון לשינוי ופתיחות, פריצת גבול, חוסר אמון, שמירה על הערך העצמי, חוסר כבוד, ועוד.

במצב נורמטיבי, ישנם כמה עקרונות הדרושים לשמירה על אווירה משפחתית טובה, לצד נוכחות קונפליקטים בתוכה: הקשבה, סובלנות וסבלנות, אמפטיה, פתיחות וכנות, כבוד הדדי, רצון להתחשבות והדדיות.

פיתוח כישורים להתמודדות עם קונפליקטים מתחילה במשפחה ובסביבה הקרובה של הילד. זו משימה התפתחותית חשובה עבור ילדים, משום שהם מבליים זמן רב עם אחיהם, עם חבריהם, ובכלל באינטראקציות בינאישיות לאורך החיים.

פתרון עימותים

הענקת הכלים הנכונים לפתרון בעיות במשפחה ומתוך דוגמא אישית של ההורים תכשיר את הילדים להצלחה באינטראקציות בינאישיות לאורך כל החיים. מחקרים מראים שאופן פתירת קונפליקטים בין הורים לילדים מעצב ומשפיע על אופן פתירת הקונפליקט בין ילדים לילדים: ילדים שחוו את הקונפליקט עם הורים מקשיבים, מסבירים, מדריכים ומתפשרים גדלו להיות בעלי הסתגלות חברתית

טובה יותר, כבר החל מגיל שש - כאשר ייתקלו בקונפליקט עם חבריהם יוכלו לפתור אותו בדרך של הסבר ומו"מ, כפי שחוו בביתם.

עצות מעשיות לפתרון בעיות במשפחה

היות שמקורו של דפוס ההתנהגות במציאת פתרון ליישוב חילוקי דעות מתחיל בבית בגיל מוקדם, כדאי לדעת ולפתח בקרב הילדים הרגלים כבר בשלב מוקדם: **דוגמא אישית** - ההורים מהווים גורם מרכזי ומלא עוצמה בעיצוב מערכות יחסים. הם צריכים לשמש מודל עבור הילדים גם בחילוקי דעות, להדגים דעות שונות כל עוד זה נעשה מתוך מקום של כבוד ללא פגיעות, היעלבות או זלזול. דגם כזה יכול ללמד את הילדים איך אפשר לנהל דו שיח, המורכב מדעות מנוגדות, ולהגיע למשא ומתן על פי כללים מכבדים ומתוך כבוד הדדי, סובלנות והקשבה לצד השני. חשוב לדעת - הסלמת קונפליקט לכדי מריבות, ממקום של חוסר כבוד הדדי, (לא חילוקי דעות, על בסיס כבוד והקשבה) בנוכחות הילדים בעיקר בענייני חינוך, הוא דבר שלילי העלול לפגוע ולגרום להידלדלות הסמכות ההורית, מדגים התנהלות שלילית ביחסים בכלל, ובתקשורת וכמודל לניהול קונפליקט בפרט, עשוי להשפיע באופן שלילי על האווירה והמערכת המשפחתית כולה.

התמודדות משותפת - סיעור מוחות משותף יוצר תחושת יחד, הרגשה של שוויון ערך מתוך כבוד ואחריות הדדית במשפחה. ממקום מכבד זה תיתכן אפשרות שילדים ישתפו את הוריהם בכל הקורה להם, גם כשמדובר בחוויות וסיטואציות לא נעימות.

שיתוף והתייעצות הם תמצית העידוד והיחסים הטובים. כלים אלה טומנים בתוכם מימד של אינטימיות, חום, העלאת תחושת ההשתייכות והערך העצמי, מעצם היותם תקשורת פתוחה ומקרבת המסייעת בבניית יחסים בין אנשים והורים וילדים בפרט.

הידברות בשיחה פתוחה - כדאי ליזום שיחה אמיתית המכילה בתוכה מרכיבי הקשבה מלאה וכנה, אמפטיה, כבוד הדדי והבנה. אלה, מסייעים לפתירת בעיות, מאפשרים ומעניקים תחושה טובה של חמימות שנובעת מעצם ההקשבה ומחוייבת השיתוף, וכן תחושות של רוגע, פתיחות ואמון. השיחה המשפחתית נועדה להעלות בעיות או נושאים שנויים במחלוקת שלא נמצאו להן פתרון.

יתרונות השיחה המשפחתית

* הענקת אפשרות לשיתוף, התייעצות, מתן/לקיחת אחריות, הפעלת שיקול דעת, סיעור מוחות.

* אימון בבחירה ותוצאותיה, התחשבות ולמידה ממקום דמוקרטי שילווה את הילד לאורך דרכו בהמשך חייו.

* הזדמנות לפתיחת טריטוריות במשפחה – במסגרת זו, כל אחד יכול לתרום רעיונות להתנדב למילוי משימות ולהתאמן בדרכים שונות מאלו שהוא מורגל אליהן.

* הזדמנות לחלוק בקושי בסביבה תומכת ומעודדת ללא ביקורת, העלבה או האשמה.

* הזדמנות לפתור מריבות ויריבות אחים שחוזרות ונשנות. השיחה מאפשרת התבוננות מעמיקה בבעיה, וניסיון להגיע לידי פתרון ועריכת הסכם.

עצות להצלחת השיחה המשפחתית

נושאים מגוונים - כדאי לשלב בשיחה המשפחתית, בין היתר, תכנונים משותפים, יעדים לטיולים משפחתיים, בילוי בשעות הפנאי, ימי הולדת, חלוקת תפקידים ומטלות בבית ועוד.

דפוס קבוע - כדאי לקבוע מועד, מקום וזמן קבועים לשיחה, וכדאי להקציב לה זמן מראש. כשהשיחה המשפחתית הופכת לדפוס קבוע היא מכניסה סדר ומקנה מיומנות בפתרון בעיות, הדגמה להקשבה, שיתוף, התייעצות, סובלנות ומכאן חשיבותה הנרכשת.

כולם משתתפים – כל בני המשפחה ישתתפו בשיחה המשפחתית. הילדים יכולים לקחת חלק בשיח שנוצר, להשתתף, להציע, ולהשפיע בכל גיל, בהתאם ליכולת ההבנה וההבנה. בכך הם תורמים לעצמם כמו גם למשפחה, וכפועל היוצא מכך העלאת תחושת ההשתייכות, הבסיסית והחיונית להתפתחות גדילה וצמיחת האדם בכלל.

מגיל מוקדם – שתפו את הילדים בשיחה מרגע שהם מתחילים לדבר. אפשר להציע לפעוט, החל מגיל שנה, להיות נוכח בשיחה, וזאת כדי שהילדים יתאמנו בנוהג ויהיו שותפים כחלק מהמעגל ומהמרקם המשפחתי. כך יזכו הילדים בתחושת שייכות, ערך עצמי גבוה, חיזוק הדימוי והביטחון העצמי. תוך כדי אימון והתנסות חוזרת ונישנית בהווה הזו, יתפתח ערך האחריות, וההדדיות.

התמדה, רצון טוב ושיתוף פעולה - הורים שיטמיעו את הרגל השיחה המשפחתית תוך כדי עידוד בני המשפחה, יוכלו ליצור אווירה ויחסים טובים שיש בהם אמון ופתיחות, והתמודדות מתוך מקום בטוח ומכיל.

בהתאם לסגנון המשפחה - כל משפחה יכולה לקבוע את הכללים ואת הנושאים המתאימים לה.

קבלת החלטות - אם יש לכם דרישות מהילדים, או התלבטויות, מומלץ להעלות אותן בפניהם תוך עריכת דיון וקביעת החלטות משותפות, מתוך הקשבה והתייחסות לצורך שעולה מהם. סביר להניח שאופן מכבד זה, יצור אצלם מוטיבציה והתלהבות להשתתפות.

קביעת נהלים וחוקים – כדאי למנות יו"ר שיהיה מנחה ומנהל השיחה. ניתן להחליפו בכל פעם, לפי סבב. הקפידו שכל אחד ידבר בתורו, ושכולם יקשיבו. מי שמגיב צריך לדבר באופן חיובי ולא ממקום של ביטול, ביקורת או זלזול. אם מתקיימת חריגה באופן הדיבור או התנהגות, היו"ר מזכיר את החוקים בנימה נעימה.

הצבת מטרות והגדרת יעדים – כינוס שיחה משפחתית לצורך פתרון קונפליקט ויישור קו צריכה להיעשות מתוך שאיפה להגיע לפתרון מוצלח מבחינת כל הצדדים: "מה שטוב/עובד עבור שנינו(הצדדים הנוגעים בדבר) – טוב גם לי וגם לך". מקום זה מניב תוצאות חיוביות ומצמיחות ביחסים, ומשמש מודל ודוגמא לילדים להתנהלות בריאה ומצמיחה לחיים.

שמירה על חוקי הדמוקרטיה ותרבות הדיבור - כל עצה ורעיון מתקבלים בברכה. לאחר מכן אפשר לערוך הצבעה מבין כל ההצעות שהועלו. במקרה שלא מגיעים לידי החלטה אפשר לקבוע לנסות להגיע לפתרון או לפשרה במפגש הבא. לסירוגין, אפשר לתת אפשרות נוספת לדובר לשכנע את בני המשפחה, ולהעלות כל רעיון יצירתי נוסף העולה במליאה.

אם מתפתח שוב ריב תוך כדי הדיון, או אם הסתיים הזמן של המפגש, מפסיקים את הדיון. אפשר להמשיך בפעם הבאה מאותה נקודה.

מרגע שמתקיים מיקוד של הבעיה מעלים הצעות שונות לפתרון ומחליטים לנסות את ההצעה למשך זמן מסוים – קצר וידוע, לצורך בדיקת הנושא.

כדי ליצור בהירות והבנה, יש צורך בניסוח מדויק של מי עושה מה, מתי, וכו'. אם הדבר לא הסתדר, פותחים את הנושא לדיון מחודש ושוב מעלים רעיונות במטרה להגיע לפתרון והסכמה.

בדק בית - מדי פעם יש צורך לבדוק את אופן התנהלות השיחות, אווירתן ומה כל אחד מרגיש וחושב. תהליך זה יאפשר לכוון ולשנות בהתאם לצורך שעולה מחברי המשפחה, וזאת כדי ליצור אווירה טובה ויחסי כבוד בין בני המשפחה.

אווירה טובה - כדאי לקיים את השיחה תוך כדי יצירת אווירה ויחסים טובים, שמירה על שיתוף, התייעצות, התחשבות ורצון טוב אחד כלפי השני. השיחה המשפחתית צריכה לגרום לתחושה של סיפוק ממקום של הצלחה בפתרון בעיות משותפות. תחושה של WIN-WIN SITUATION המקנה הרגשה טובה לשני הצדדים וכן תורמת לאווירה כללית טובה במשפחה.

הקונפליקט הוא אולי בלתי נמנע, אבל פתרון קונפליקט חייב להתבסס על הידברות והסכמה הדדית. כאשר העימות והדרך למציאת פתרון מתנהלים נכון, ממקום של הקשבה אמיתית, הכלה/תמיכה, הבנה והתחשבות, עשוי להימנע סחף מוגזם של

כעסים ורגשות, שעלול לגרום את בני המשפחה למקום קשה ביחסים. פתירת הקונפליקט בדרכים המוזכרות, מניבה תוצאות חיוביות ומצמיחות ביחסים.

<https://www.etze.co.il/?p=476>



ערכים במשפחה

ערך הוא דבר שמאמינים בו, כלל שמנחה אותנו כבני אדם, (כמו: נדיבות לב, אומץ או יושר) ומשתדלים לפעול על פיו.

(רוזנטל, 2014)

כתבו לעצמכם:

- אילו ערכים חשובים למשפחה שלי?
- אילו ערכים חשובים, לדעתי, לכל משפחה?

המשימה הקבוצתית:

- **הציגו את רשימת הערכים שכל אחד ואחת חשב שחשוב שיהיו לכל משפחה באשר היא.**
- **הקשיבו לערכים השונים.**
- **ערכו רשימה של הערכים המשותפים שמצאתם.**

- **איך הרגשתם בזמן העבודה בקבוצה?**
 - **האם גיליתם ערכים חדשים שמשמעותי שיהיו במשפחה?**
 - **כיצד הערכים ברשימה יכולים לבוא לידי ביום-יום?**
 - **כיצד אתם יכולים לבטא את הערכים ביום-יום?**
- הזמנה שניה: מעוניינים לנסח לעצמכם את רשימת הערכים המובילים שלכם? המלצות כיצד לעשות זאת:**
- א. לצד בחירת מילה המייצגת את הערך, כתבו לעצמכם בכמה משפטים מה משמעות הערך עבורכם.**
- ב. השתדלו לבחור במשהו שאתם ממש מתחברים אליו ומרגיש לכם מדויק, ולא בכזה שנשמע טוב או שאתם חושבים שאתם צריכים לבחור**

בעשור האחרון אנו עדים להשפעתם הגוברת באופן משמעותי, של עולם האינטרנט והרשתות החברתיות, של תקשורת ההמונים, מערכות שיווק ודמויות משפיעות בתקשורת ("גיבורי תרבות"). כל אלו ועוד מוצאים את דרכם אל הילדים בשלבי עיצוב אישיותם, מאתגרים ופוגעים בהשפעה ההורית וביכולתם להטמיע את הערכים הרצויים להם. בנוסף, ניסיון ההורים לנהג © (ניהול+הנהגה) את המשפחה בשלט רחוק תוך הכנסת דמויות נוספות כמו מטפלת או גידול ילדים בשני בתי ההורים עקב גירושין, או כניסת בני זוג חדשים, הופכים את ההשפעה ההורית למורכבת אף יותר.



צפייה בסרטון

<https://www.youtube.com/watch?v=Awji1iDE9IXc>

איך יוצרים ושומרים על ערכים במשפחה? 2 דקות

ערכים קיימים צריך לדייק אותם

מה באמת חשוב? לדבר אותם להעלות על הכתב

לתת דוגמה אישית היא ערך



אי שוויון במשפחה : זכויות נשים

<https://textologia.net/?p=25518>

"האמנה בדבר ביטול הפליית נשים לצורותיה" נחתמה באו"ם בשנת

1979 ונכנסה לתוקף בישראל בשנת 1991.

עלינו לזכור שלאמנות אין תוקף מחייב הן מבטאות את "האני המאמין" – רמת הרצוי. ברמה זו אנו רואים חוקים רבים שנחקקו בישראל בנושא זכויות נשים ושוויון בין המינים.

חוקים לדוגמה:

"חוק שוויון הזדמנויות בעבודה" – האוסר על הפליה בין עובדים על רקע מיני.

"חוק שכר שווה לעובד ועובדת" – המחייב תשלום שכר שווה לגברים ונשים.

"חוק למניעת הטרדה מינית" – איסור הטרדה מינית פיזית או מילולית במקום העבודה

"העדפה מתקנת" בישראל יש שני חוקים שמטרתם לתת לנשים יחס מועדף כדי לתקן את ייצוגן הנמוך של הנשים כמו למשל בכנסת.

אבל במציאות ברמת הרצוי המציאות רחוקה משוויון בין המינים.

למרות החקיקה עדיין קיים פער בשכר בין גברים לנשים.

תת ייצוג – ייצוג הנשים בתפקידים השונים נמוך יחסית לגברים

"תקרת הזכוכית" – "לכאורה נשים יכולות להתקדם במעלה הסולם המקצועי על פי כישוריהן והשקעתן אך בפועל ישנה תקרת זכוכית בלתי נראית שעוצרת את קידומן של הנשים

מקצועות נשיים – מקצועות המזוהים כמקצועות של נשים שכרם ויוקרתם נמוכה כפל תפקידים של האם העובדת- נשים היוצאות לעבודה אך עדיין אחראיות גם על ניהול משק הבית וגידול הילדים, ללא שינוי בתפיסה בחלוקת התפקידים בין בני הזוג מצב זה יישאר

עם זאת, קיימים תהליכי שינוי לכיוון השוויון המגדרי.



חברה ומגדר : מגדר ומשפחה

<https://textologia.net/?p=17703>

המשפחה – התפיסה המקובלת היא שהגבר הוא המרוויח העיקרי מהנישואין. הסובלים ביותר מדיכאון הם גברים רווקים ונשים נשואות. למה, אם כן, רוצות הנשים להתחתן? מחקרים מראים שנשים נשואות ללא ילדים עובדות קשה יותר במשק הבית. גברים כשהם מתחתנים עובדים פחות במשק הבית. מחקר אוסטרלי על אלמנות מראה שנשים למעלה מגיל 60 שהתאלמנו הפחיתו 25% מעבודות הבית. נוכחות ו/או העדר האישה הם הגורם העיקרי המשפיע על כמות עבודת משק הבית שמבצע הגבר.

השאלה מי עושה וכמה היא שאלה חדשה אולם גם בשנת 2006 מקבלים רוב בני האדם את החלוקה המגדרית המסורתית של עבודות משק הבית. לתא המשפחתי תפקיד בהסדרת היחסים החברתיים בין האישה והגבר.

האישה מזוהה עם המשפחה והגבר עם הפרנסה. לפני הופעת **הפמיניזם** הייתה התפיסה הפטריארכאלית מובנת מאליה.

הייתה יחידה גרעינית או מורחבת אחת בה הנשים דאגו למשק הבית, לגידול הילדים לפרנסה וכו'. מדובר היה במוסד אידיאלי המעניק חום ואהבה.

מהי חשיבות המשפחה? 1. אינטימיות ורגשות. 2. סוציאליזציה – סוכן החברות מספר אחד לערכי החברה ולדפוסי התנהגות מקובלים הוא המשפחה. 3. לא נמצא עדיין תחליף אחד שיענה על כל הצרכים יחד – פרנסה, חום, אהבה, לגבר במשפחה היו בעבר זכויות אבסולוטיות על משפחתו.

הוא היה אדון הממלכה ויכול היה גם להכות את אישתו וילדיו. (חוסך שיבטו שונא בנו). היום ישנה הסכמה על כך שהמשפחה הוא מקום בו מתנהלים יחסי כוח. ישנו פירוק של תפיסות שהיו מובנות מאליהן.

פרויד קבע שהתפתחות לא תקינה תהיה קשורה תמיד באם. האימהות הפכה למקצוע. העמדתה של האם במרכז הטיפול מסירה את האחריות מהמדינה.

כאן ניתן לראות אספקט פוליטי: המדינה משחררת את האם לחופשת לידה אך המדינה משוחררת מסבסוד וטיפול בילד.

התנאים האופטימאליים להבאת ילד על פי התפיסה בישראל הם תא משפחתי יציב, תינוק בריא, תנאים כלכליים סבירים ואם בריאה. מדובר בהליך של משטור האישה. שיעור ההפללות בישראל נמוך יחסית למדינות אירופה. ייתכן וזה קשור לשימוש מושכל באמצעי מניעה וייתכן וקשור לאתוס החזק של האימהות.

בוועדות להפסקת הריון טוענות 54% מהנשים שההיריון הוא מיחסים אסורים וזה מבטיח את אישור בקשתן. ניצה ברקוביץ' לוקחת את האימהות למקום אחר. היא

מדברת במאמרה על הבאת ילד לעולם כאספקט פוליטי. היא מדברת על נשים כרחם לאומי על רקע המיליטריזם הישראלי. משנות ה'70 יש ותיאוריות פמיניסטיות חדשות הרואות באימהות מושג פסיכולוגי. האימהות מקנה לאישה שליטה בביתה. הקשר שלה עם הילד והילדה מקנה לה יתרון על פני הגבר. האימהות היא פחות עניין ביולוגי ויותר עניין חברתי ופוליטי. אימהות היא כוח מפיץ, מפשר. הגבריות היא כוח הרסני. מדובר בתפיסות מהותניות בהן לגבר ולאישה מיקומים ותפקידים שונים.

נושא נוסף בהקשר של המשפחה הוא פירוק מבנה הכוח של המשפחה. המשפחה היא מושג חברתי בעל משמעויות מסוימות של חוס ואהבה. בעבר היו למשפחה פונקציות רבות אבל עם השתנות החברה השתנו גם הפונקציות של המשפחה. בעבר למשל היה למשפחה תפקיד בהסדרת יחסי המין. היום אין צורך לחכות לחתונה בשביל לשכב עם בן הזוג.

בעבר נתפסה המשפחה כיחידה כלכלית אחת ואילו היום גם הגבר וגם האישה עובדים ולכן הם עצמאיים כלכלית.

בעבר הטיפול בזקנים וילדים נעשה במסגרת משפחתית. היום לא בהכרח. אולם עד היום מהווה המשפחה מסגרת לתהליך ה**סוציאליזציה**.

המשפחה היא מודל הנתפס כחיובי ע"י המדינה התומכת במודל זה. הדיבור על המשפחה הוא דיבור על מקום הרמוני ומלא אהבה בעוד שהמציאות היא לא בהכרח כזו.

בתוך משפחות היום מתקיים אי שוויון הן ביחסים בין בני הזוג והן ביחסים בין ילדים להוריהם.

בהקשר של יחסי הכוח במשפחה נדבר על אלימות בתוך המשפחה. בד"כ מדובר באלימות של הגבר כלפי אישתו וילדיו. בעבר היה מקובל שהגבר מכה את אישתו ולכן לא היה מקום להתערבות חברתית בעניין.

משנות ה'70 עלתה מודעות לנושא זה. בריטניה הייתה המדינה הראשונה בה הוקמו מקלטים לנשים מוכות בשנות ה'70. אח"כ ארה"ב. לקראת סוף שנות ה'70 הוקמו מקלטים כאלה גם בישראל. לא קיים קשר ברור בין אלימות של גברים לבין מעמד סוציאקונומי. הדבר מקובל גם במעמד הגבוה וגם בנמוך.

הנושא השלישי בהקשר של משפחה הוא חלוקת העבודה במשק הבית. קשור בהחלט ליחסי הכוח במשפחה. זהו הגורם השלישי בפירוק של הפמיניזם את נושא המשפחה. בעבר הייתה משפחה מורחבת וכולם עבדו יחד בבית ובחוץ בהווה ישנה חלוקה מגדרית של עבודות משק הבית. ככול שהאישה עובדת יותר מחוץ לבית ישנה הפרטה של עבודות הבית – אוכל מוכן, מטפלת לילדים ומנקה.

קריטריונים למיון משפחות

דפוס מגורים

פטריילוקלי – לאחר הנישואים הזוג עובר לגור בבית משפחת הבעל או בקרבתה.
מטריילוקלי – לאחר הנישואים הזוג עובר להתגורר בבית משפחת האישה או בקרבתה.
ניאולוקלי – לאחר הנישואים הזוג עובר להתגורר במקום חדש שאינו קרוב למשפחות בני הזוג. זהו דפוס מגורים המאפיין חברות מודרניות.

דפוס סמכות

פטריארכלי – מבחינה חברתית הגבר הוא השולט ובעמדת הכוח והסמכות לעומת האישה.
מטריארכלי – מבחינה חברתית האישה היא זו ששולטת ובעמדת הכוח לעומת הגבר. זהו דפוס סמכות נדיר.
שווינוני -ישנה חלוקת תפקידים שוויונית בין בני הזוג. מאפיין חברות פוסט מודרניות.

רמת משפחתיות מהי?

רמת משפחתיות – היא מרכזיות המשפחה בחיי הפרט והחברה. המשתנים המודדים את רמת המשפחתיות הם:

- שיעור (אחוז) הנישואים: מספר הנישואין ביחס לכמות האוכלוסייה, נמדד באחוזים.
- שיעור הפרייון הכללי: מספר הלידות בשנה ביחס למספר הנשים בגיל הפוריות.
- שיעור הילודה: מספר הלידות בשנה ביחס לכמות האוכלוסייה.
- שיעור הגירושים: מספר המתגרשים ביחס לכמות האוכלוסייה..
-

מהם הגורמים לדפוסי משפחה שונים?

1. **בחירת בן זוג**. החברה המסורתית התאפיינה בבחירת בן זוג בשידוך. ההחלטה על בחירת בן הזוג הייתה בידי ההורים. לעומת זאת בחברה המודרנית התפתח תהליך של בחירה חופשית של בני הזוג.
2. **מבנה המשפחה**. המשפחה המסורתית הייתה בד"כ משפחה מורחבת המורכבת מבני שלושה דורות. לעומת זאת החברה המודרנית מאופיינת במשפחה גרעינית.

3. **דפוס הסמכות והיחסים החברתיים בין בני המשפחה.** בחברה המסורתית היחסים בין בני המשפחה מאופיינים באי-שוויון. היחסים בחברה המודרנית מאופיינים ביותר שוויוניות וביחסים סימטריים יותר, הן בן בני הזוג והן בין ההורים לילדיהם.
4. **חלוקת העבודה והתפקידים במשפחה.** בחברה המסורתית חלוקת העבודה היא מוגדרת ונוקשה ותפקידי הגבר והאישה ברורים. לעומת זאת בחברה המודרנית ישנה גמישות גבוהה יותר בחלוקת התפקידים והיא אינה מוגדרת וברורה.
5. **הנורמות במשפחה.** בחברה המסורתית קיימות נורמות רבות המתייחסות ליחסים החברתיים במשפחה. גבולות המשפחה ברורים והם מקיפים תחומים רבים. לעומת זאת בחברה המודרנית הנורמות הן מעטות יותר וגמישות יותר.
6. **תפקידי המשפחה.** בחברה המסורתית המשפחה ממלאת תפקידים רבים בחיי החברה והפרט. לעומת זאת בחברה המודרנית מצטמצם מספר התפקידים של המשפחה אך תפקידה בתחום התמיכה הרגשית גדל.
7. **מעמדה בחברה.** בחברה המסורתית מתבטא מעמדה של המשפחה בכך שהיא ממלאת תפקידים רבים בחיי החברה וכן משמשת תפקיד מרכזי בהצבת האדם בחברה. בחברה המודרנית לעומת זאת מצד אחד המשפחה היא עדיין תא בסיסי בחברה ומצד שני הגמישות שלה הופכת אותה לפחות משמעותית.

<https://www.youtube.com/watch?v=NUT3fTVz6R8>

משפחה בשלושה דורות - משפחת פרדו 15 דקות



<https://www.youtube.com/watch?v=qPF0jOmA1go>

חדשות השבת - המאבק בפולגימיה במגזר הבדואי 9 דקות

https://www.youtube.com/watch?v=Gk8whVxQy_0

ירון לונדון פוגש משפחה חרדית 8 דקות

קורס מדעי החברה



נורמות וערכים

הנורמות הן "עמוד השדרה", עמוד התווך, של החברה. הם הכללים המבחינים בין רצוי ולא רצוי, בין מקובל ללא מקובל בחברה מסוימת. הנורמות מגדירות מהי ההתנהגות שעליה יש "תג מחיר" מסוים ומהי ההתנהגות המותרת, המתאימה, שאין עליה "תג מחיר".

המערכת הנורמטיבית משתנה מחברה לחברה והיא משקפת את התרבות, ואת העולם הערכי של הקבוצה החברתית המחזיקה בה.

אדם שמבקש להתחקות אחר העולם הערכי של חברה, או קבוצה ואפילו של משפחה מסוימת, יוכל לעשות זאת אם יבלוש ויעקוב אחר נורמות ההתנהגות שחברה זו או משפחה זו מעודדת, ומאפשרת מחד ואחר נורמות ההתנהגות שהיא איננה מקבלת ואיננה מאפשרת מאידך. למשל, אם בתצפית מקרית על משפחה מסוימת, נמצא שהאם לבדה עורכת את השולחן, מגישה ומפנה, וילדיה אינם מגישים עזרה, נוכל להסיק שערך השותפות אינו בא כרגע לידי ביטוי במשפחה זו. נוכל אז להקשות ולשאול מספר שאלות

- האם ערך השותפות הינו ערך חשוב עבור ההורים במשפחה?
- אם התשובה היא חיובית וערך ההתחשבות הינו ערך חשוב עבורם יש מקום להמשיך ולבדוק
- האם ערך השותפות בא לידי ביטוי במקומות אחרים במרחב המשפחתי?
- האם ההורים מעוניינים בערך השותפות אך אינם מוצאים דרך להנכיחו בביתם?

באופן דומה נוכל באמצעות ההתנהגויות השונות המתאפשרות באותה משפחה לבדוק את הנכחתם או אי הנכחתם של ערכים נוספים:

- כיבוד אב ואם.
- עזרה הדדית.
- כבוד לרכוש.
- כיבוש היצרים.
- התגברות על קשיים.

ועוד...

למעשה הנורמות הנהוגות בכל ארגון, משפחה (כמו גם בכל כיתה או בכל בית ספר), מאפשרות למתבונן מהצד "חלון הצצה" לערכים של הארגון או המשפחה ואולי מעניין אף יותר, למקומות בהם מתקיים **פער** בין הערכים המוצהרים של הארגון או המשפחה, לבין הנורמות האמורות לתת ביטוי לערכים אלה.

פערים כאלה מובילים לבלבול ולקושי בהנחלת הערכים המוצהרים ובהפיכתם לחלק ממציאות הקיום של אותו ארגון או של אותה משפחה. למשל, הורים הדוגלים בערך של כיבוד אב ואם, ומאפשרים לבתם לדבר אליהם בגסות רוח ללא כל "תג מחיר". גם אם הורים אלה מבטאים את מורת רוחם מסגנון הדיבור של בתם, אם הם נענים לתביעתה כלפיהם שהושמעה בגסות, הם אינם מנכיחים את הערך היקר להם באמצעות הנהגת נורמה מתאימה: תביעה שמושמעת בגסות- לא זוכה בהיענות. בקשה שמושמעת בנימוס- כן זוכה בהיענות. **כלל חשוב ביותר הנוגע**

לכינון של נורמות הוא שבהתקיים פער בין מילים למעשים, המעשים הם

הקובעים... לעיתים הנכחת נורמה מחייבת תוצאה מעשית שאינה נוחה לילד או לנער שהיא חזקה יותר מאלף מילות תוכחה.

אני מזמינה כל אחד ואחת מהקוראים לעשות תרגיל אבחוני לגבי משפחתו שלו. כל אחד מכם יהיה צופה, בלש מתבונן במשפחתו. אנא הגדירו מהם הערכים היקרים לכם ביותר לאורם אתם מבקשים לגדל את ילדיכם. אם תוכלו לדרג אותם על פי חשיבותם, מה טוב.

כעת, התבוננו בנורמות הנהוגות בביתכם. אנא עשו זאת על פי הפירוט הבא-

- נורמות לבוש.
- נורמות דיבור.
- נורמות של עזרה ושותפות בבית.
- נורמות של השקעה בלימודים.
- נורמות של יחס למבוגרים בתוך המשפחה.
- נורמות של יחס למבוגרים מחוץ למשפחה.
- נורמות הנוגעות לאיפוק ושליטה עצמית בנוגע לאנשים אחרים.
- נורמות הנוגעות לאיפוק ושליטה עצמית בנוגע לרכוש ולכסף.
- נורמות מוסריות (שקרים, גניבות),

אתרו פערים, אם יש כאלה (רמז- בדרך כלל יש....), בין הערכים שלכם לבין הנורמות הנהוגות בביתכם. במידה ואיתרתם פער שכזה אל תתמהו אם ילדיכם אינם מפנימים במידה משביעת רצון את הערכים שאתם מבקשים להקנות להם. שלא ברצונכם אתם מבלבלים אותם... ומעבירים להם מסרים שאינם עקביים דרך הפער שנוצר בין הערכים שלכם לבין נורמות ההתנהגות המקובלות בביתכם.

הנחמה- אתם לא לבד, אתם בחברה טובה. אחד האתגרים המורכבים ביותר בחברה בה אנו חיים היום, היא להעביר לילדינו מסרים בהירים, עקביים ונחשבים דרך כינון מערכת נורמות שנמצאת בהלימה עם הערכים שאנו מבקשים להנחיל. זוהי מערכת נורמות שניתן להישען עליה ולהסתמך עליה, להשתמש בה כמגדלור, מורה דרך. מתי להורים קשה לייצר מערכת נורמות הנמצאת בהלימה עם ערכיהם? כאשר קיימים אי בהירות ערכית או בלבול ערכי אצל ההורים מכל סיבה שהיא. במצב זה כאשר הורים פונים אלינו לקבל עזרה, העזרה הראשונה שהם מקבלים היא עזרה בבדיקת הסולם הערכי שלהם, והערכים שאותם הם היו רוצים לקדם ולהנחיל לילדיהם. בעידן הפוסט מודרני בו אנו חיים יש הרבה אפשרויות בחירה בין סגנונות חיים שונים, לכן הבחירה הערכית אינה משימה פשוטה וקלה כלל וכלל. מצבים אחרים היוצרים קושי אצל ההורים לייצר מערכת נורמות הנמצאת בהלימה עם ערכיהם הם:

- כאשר להורים עצמם יש קושי רב בתפקוד על פי הנורמות גם כשהן נמצאות בהלימה עם ערכיהם.
 - כאשר ישנו פער גדול מאד בין ערכי האם לערכי האב.
 - כאשר להורים אין מיומנות מספקת ביצירת חיבור בין ערך לנורמה.
 - כאשר ההורים אינם מאמינים שלילדם יש את הכוחות להתמודד עם קשיים שהתנהגות בהתאם לנורמה שהם מבקשים לייצר מחייבת אותו לפגוש.
 - כאשר ההורים מפחדים מכעסו של הילד, מכך שעלול לפגוע בעצמו או בהם (לאו דווקא פיזית).
 - כאשר ההורים מזדהים מאד עם הילד ומתקשים לדרוש ממנו לפעול בניגוד לנטייתו או לרצונו.
- במצבים אלה, העבודה עם ההורים תהיה סביב איתור וטיפול בקשיים הספציפיים המונעים מההורים להנחיל לילדיהם את נורמות ההתנהגות הנגזרות מהערכים החשובים להם.
- יכולתם של ההורים לייצר נורמות התנהגות התואמות את עולמם הערכי חשובה מאוד לבריאותם הנפשית של ילדיהם. התאמה כזאת בין ערכים לנורמות התנהגות תורמת ליצירת סביבה בהירה וצפויה. סביבה כזאת היא תנאי בסיסי להתפתחות תקינה.

לסיום

- ציין דבר חדש שלמדת ולא ידעת קודם.
- ציין דבר אחד שעניין אותך במיוחד.
- מה הפתיע אותך?
- מה היה לך קל להבנה? מה היה לך קשה להבנה
- משהו יישומי שתיקח מיחידת לימוד זו לחיידך.
- משהו שאתה רוצה לומר... רוצה לשאול...





לסיום יחידת הלימוד

ענו על השאלות הבאות (השאלות לקוחות ממבחני מדעי ההתנהגות)

1. הסמכות ההורית חשובה כדי:

- א. שהילדים ידעו שההורים אוהבים אותם
- ב. שלא יהיו ריבים בין הילדים
- ג. שהילדים יגדלו במסגרת ברורה ומגינה ולא בתחושת כאוס
- ד. לפתור בעיות מול בית הספר בלבד (היא אינה נחוצה במקומות אחרים)

2. מיהו הורה טוב?

- א. הורה המפעיל סמכות ומעמיד גבולות להתנהגות מותרת ואסורה.
- ב. הורה אשר מתנהג כחבר על ילדיו, משתעשע בחברתם, ומתייחס אליהם כאל שווים.
- ג. הורה אשר משבח כל הזמן את ילדיו ומשדר להם שהם גאוניים.
- ד. הורה אשר מפנק את ילדיו, קונה להם כל מה שמבקשים, כדי שיהיה להם מה שלא היה לו.

3. אמא לא צריכה להיות "מצטיינת" אלא "טובה דיה" משום ש:

- א. וויניקוט מסביר, כי אם תהיה מצטיינת התינוק לא ינסה להשיג דברים בעצמו.
- ב. פרויד מסביר, כי אמא בהיותה אישה היא נזירותית ולא מסוגלת להיות מצטיינת.
- ג. אריקסון מסביר, כי הטבע עושה את שלו ולא צריך להתאמץ.
- ד. פיאז'ה מסביר, כי התפתחות המוסר מחייבת "כישלונות" של ההורים.

4. לתקשורת הפנים משפחתית השפעה על:

- א. מערכת היחסים בתוך המשפחה
- ב. הרגלי התזונה של כל אחד מבני המשפחה
- ג. תנאי הדיור המשפחתיים
- ד. התייחסות הילדים לרכוש המשפחה

5. מתן לגיטימציה לצרכים האישיים של כל אחד מבני הזוג:

- א. עלול לגרום נזק למרקם המשפחתי
- ב. ישפיע באופן בלתי יציב על הצעירים במשפחה
- ג. ישפיע באופן חיובי על היחסים בתוך המשפחה
- ד. לא ישפיע כלל על מערכת היחסים הפנים משפחתית

6. לאדם נטייה כללית:

- א. להתבודד ללא קשר לקבוצה או חברה כלשהי
- ב. להשתייך לקבוצה גדולה או קטנה שאליה הוא מרגיש שייכות
- ג. להשתייך לקבוצה גדולה או קטנה שאליה אינו מרגיש שום קשר
- ד. להתייחס לעצמו בלבד

7. ההבדל בחלוקת התפקידים בין המשפחה המסורתית למשפחה המודרנית נובע

מ:

- א. תפיסות חברתיות קומוניסטיות מהמאה ה-20
- ב. עליית מחירי הדיור בישראל
- ג. התפתחות השפה
- ד. שינויי נורמות משפחתיות לאורך ההיסטוריה

8. תקשורת אגרסיבית במשפחה:

- א. משרה אווירה של פחד
- ב. מגבירה את הביטחון העצמי של חברי המשפחה
- ג. מאפשרת שוויון הזדמנויות
- ד. מאפשרת לילדים לשלוט בהוריהם

9. חלוקת התפקידים במשפחה:

- א. לא השתנתה מתקופת התנ"ך ועד ימינו
- ב. לא השתנתה, כי היא תלויה בגנטיקה
- ג. השתנתה במעבר מחיי משפחה מסורתיים למודרניים, וממשיכה להשתנות
- ד. נקבעת בזמן החתונה

10. הסמכות ההורית חשובה כדי :

- א. שהילדים ידעו שההורים אוהבים אותם
- ב. שלא יהיו ריבים בין הילדים
- ג. שהילדים יגדלו במסגרת ברורה ומגינה ולא בתחושת כאוס
- ד. לפתור בעיות מול בית הספר בלבד (היא אינה נחוצה במקומות אחרים)

11. חלוקת התפקידים במשפחה... :

- א. לא השתנתה מתקופת התנ"ך לימינו
- ב. השתנתה במעבר מחיי משפחה מסורתיים לחיי משפחה מודרנית וממשיכה להשתנות
- ג. לא יכולה להשתנות היות והיא תלויה בגנטיקה
- ד. נקבעת במהלך החתימה על הכתובה

12. בניגוד להמלצות הוריה ומוריה, ורדה בחרה ללמוד נגרות מקצוע לא

נפוץ בקרב נשים, היום היא מנהלת נגרייה ומייצרת רהיטים.

הבחירה של ורדה בנגרות מייצגת:

- א. תפקידי מין מסורתיים של גברים ונשים.
- ב. תפקידי מין מאוד שוויוניים של גברים ונשים.
- ג. זהות עצמית בלתי מוגדרת.
- ד. השפעות של סרטי טלוויזיה.

16. המשפחה ממלאת תפקידים חשובים ומרכזיים בחיי הפרט. איזה מבין

התפקידים הבאים אינו נמנה על תפקידי המשפחה :

- א. הסדרת יחסים בין בני זוג.
- ב. הענקת של סטאטוס ראשוני לצאצאים - הצבה חברתית.
- ג. סיפוק צרכים חומריים בסיסיים ותמיכה רגשית.
- ד. מימון רכישה של מכונית וחופשה בחו"ל.

17 . מיהו הורה טוב?

- א. הורה המפעיל סמכות ומעמיד גבולות להתנהגות מותרת ואסורה.
- ב. הורה אשר מתנהג כחבר על ילדיו, משתעשע בחברתם, ומתייחס אליהם כאל שווים.
- ג. הורה אשר משבח כל הזמן את ילדיו ומשדר להם שהם גאונים.
- ד. הורה אשר מפנק את ילדיו, קונה להם כל מה שמבקשים, כדי שיהיה להם מה שלא היה לו.

18 בתקופתנו מרבנים לעסוק ב"קונפליקט האשה העובדת" .

הכוונה ל:

- א. מצב בו האשה עובדת קשה בביתה ובטיפול בילדיה ואינה מבלה.
- ב. מצב בו האשה מסוכסכת עם חבריה לעבודה.
- ג. האשה נקרעת בין ההשקעה בטיפול בבני המשפחה לבין השקעתה בקידום קריירה.
- ד. מצב בו האשה נמצאת בקונפליקט עם בעלה על הוצאות המשפחה.

19. חלוקת התפקידים במשפחה המודרנית:

- א. זהה למשפחה המסורתית מלבד אחריות האישה על פרנסת המשפחה.
- ב. שונה בהיבט גידול הילדים בלבד.
- ג. שוויונית ומחלקת את תחומי האחריות בין ההורים לפי כישורים ובחירה.
- ד. מפילה על הגבר את כל האחריות.

20. חיברות הוא תהליך שבו:

- א. המשפחה והסביבה מלמדים את התינוק/ילד/בוגר כיצד נכון להתנהג
- ב. אילוף חיות פרא לחיים מבויתים.
- ג. ויתור על סוגיה מלחמתית לצורך הסכם שלום.
- ד. התחברות למסגרות שייכות חדשות.

21. ערך הוא:

- א. חלק מהשכלת האדם
- ב. רגש של עליונות על אחרים
- ג. אמונה ברעיון או אידיאולוגיה
- ד. סיווג ביטחוני הניתן בצבא

22. נורמה בלתי פורמלית היא:

- א. כלל התנהגות הכתוב בתקנון הקבוצה
- ב. כלל התנהגות המדריך את הפרט כדי להתקבל רשמית לקבוצה
- ג. חוק הנחקק בפרלמנט
- ד. כלל התנהגות מקובל בחברה שאינו כתוב במסמך רשמי

23. נורמה פורמלית היא:

- א. כלל התנהגות המקובל בחברה, אולם אינו מנוסח בכתובים במסמכים הרשמיים
- ב. כלל התנהגות המנחה את מי שלא התקבל עדיין באופן רשמי לקבוצה
- ג. כלל התנהגות המנוסח בתקנון או בחוקי החברה
- ד. חוק שהתקבל בכנסת רק בקריאה ראשונה

24. קונפליקט מעיד על:

- א. יחסים טובים ומעמיקים בין שני אנשים
- ב. מאבק, סכסוך וניגוד עניינים בין אנשים וקבוצות
- ג. תהליך הידברות בין שני גופים
- ד. ניתוק במערכת היחסים

25. אישה הבוחרת להיות נהגת מונית או טייסת קרב פועלת על פי:

- א. עקרון שוויון ההזדמנויות בין המינים
- ב. שבירת מוסכמות חברתיות על גברים ונשים
- ג. כוח רצון ודבקות במטרה
- ד. כל התשובות נכונות

26. תקשורת פאסיבית של ההורים עם ילדיהם ...:

- א. משרה אווירה של פחד במשפחה
- ב. מגבירה ביטחון עצמי
- ג. מאפשרת לילדים לשלוט בהוריהם ומערערת את הסמכות ההורית
- ד. מאפשרת שוויון הזדמנויות במשפחה

ערך הוא:

- א. חלק מהשכלת האדם.
- ב. רגש של עליונות על אחרים.
- ג. אמונה ברעיון או אידיאולוגיה.
- ד. סיווג ביטחוני הניתן בצבא.

במקרה של קונפליקט בין בני זוג במשפחה, בעל המקצוע המתאים ביותר לטפל

במצב הוא:

- א. מטפל באמצעות בעלי חיים.
- ב. פסיכיאטר.
- ג. פסיכולוג קליני, או עובד סוציאלי.
- ד. פסיכולוג חינוכי.

המונח "נורמה":

- א. מבטא את הגדרת הנורמליות בספר ההגדרות הפסיכיאטריות.
- ב. מבטא תקשורת המכבדת את כולם על פי קוד הכבוד בחברה בה משתמשים בה.
- ג. מבטא רמת קול הגיונית בהגברה באירוע חברתי.
- ד. מבטא דפוס התנהגות מקובל, רשמי או לא רשמי, בחברה או בקבוצה מסוימת.

נורמה בלתי פורמאלית:

- א. כלל התנהגות, המקובל בחברה, אולם אינו כתוב במסמכים הרשמיים.
- ב. כלל התנהגות, המנחה את מי שלא התקבל עדין באופן רשמי לקבוצה.
- ג. כלל התנהגות המנוסח באמנה / תקנון / תקנות החברה או הארגון.
- ד. חוק הכתוב בתנ"ך.

נכון / לא נכון הקף את התשובה הנכונה

- לפי התיאוריה "אם טובה דיה", אימא אינה חייבת להיות מושלמת.
נכון / לא נכון
- השינויים החברתיים והטכנולוגיים משפיעים על מבנה המשפחה ועל דרך החיים של המשפחות המודרניות.
נכון / לא נכון
- לתקשורת פנים משפחתית תקינה השפעה על האווירה בתוך המשפחה
נכון / לא נכון
- אמפתיה היא הבעת רגישות ואכפתיות כלפי אדם אחר. נכון / לא נכון
- וויניקוט טוען שאסור לאמא להיות מושלמת וטוב שתהיה "טובה דיה".
נכון / לא נכון
- הורים טובים מציבים גבולות ברורים לילדם.
נכון / לא נכון
- המערכת המשפחתית היא דינמית, מתפתחת, עוברת תהליכים ומשתנה כל הזמן.
נכון / לא נכון
- נשים המפתחות קריירה נמצאות במצב של קונפליקט בין השקעה בקריירה לבין השקעה במשפחה.
נכון / לא נכון
- ההתקשרות שנוצרת בין התינוק לבין הדמות המטפלת בו, היא משמעותית במיוחד ובעלת השלכות על היכולת שלו לתת אמון בבני אדם בהווה ובעתיד.
נכון / לא נכון
- נורמות משפחתיות נקבעות על ידי בני הזוג עם הקמת המשפחה החדשה, והן לא משתנות בעקבות מצבים שונים במהלך החיים. נכון / לא נכון
- הערך הוא אמונה (מופשטת), ואילו הנורמה היא הנחייה ברורה כיצד להתנהג.
נכון / לא נכון
- תינוק שצרכיו נענים ירחש אמון לאנשים בהמשך חייו.
נכון / לא נכון
- נורמות פורמאליות חשובות יותר מהנורמות הבלתי פורמאליות. נכון / לא נכון

הסבירו את הטענה המוצגת במשפט

1. סמכות הורית חשובה בחברה המודרנית של היום.
2. במשפחה שבה נשמרים הגבולות בין הדורות, קל יותר לקיים כבוד הדדי בתוך המשפחה, ובאותו זמן לחוש תחושה של קרבה הדדית.
3. ווינקוט טוען כי אימא "טובה דיה" עונה על צרכי הילד.
4. יחסים בעייתיים עם ההורים משפיעים באופן משמעותי ושלילי על ההתפתחות התקינה של המתבגר.
5. תקשורת טובה ופתוחה בין הורים לילדיהם חשובה מאוד בגיל ההתבגרות.
6. אחד התפקידים המרכזיים של המשפחה הוא לספק את הצרכים הקיומיים הבסיסיים של בני המשפחה.
8. הורה טוב הוא הורה שמשכיל לשלב בין התייחסות חמה ואוהבת לילדיו, לבין הצבה ברורה של גבולות בין מותר לאסור, תוך הפעלה של סמכותו כהורה וכמבוגר.
9. המידה בה המטפל בתינוק פנוי וקשוב לצרכים של התינוק ומצליח לספק אותם, משפיעה על מידת האמון שירחש התינוק לאנשים שיפגוש בהמשך החיים.
10. נורמות חברתיות משתנות עם השנים.
11. נורמה חברתית היא עניין דינאמי.
12. אחד התפקידים המרכזיים של המשפחה הוא לספק את הצרכים הקיומיים הבסיסיים של בני המשפחה.
13. משפחה בריאה אינה בהכרח שוויונית או דמוקרטית, שבה כל אחד הורה- ילד, או מבוגר קובע את הכללים ואת הגבולות. זוהי סמכותם של ההורים.
14. הורה טוב הוא הורה שמשכיל לשלב בין התייחסות חמה ואוהבת לילדיו, לבין הצבה ברורה של גבולות בין מותר לאסור, תוך הפעלה של סמכותו כהורה וכמבוגר.