ילדים חולמים על עצמם 5

(הם כבר התלבו חלום בהגשם החמישים)

חלחלה אוחזת בכם. האוורסט התמוטט ברגע מאיים זה מעל ראשכם. נראה כי לא צפויה התאוששות בעתיד הנראה לעין, ועל תקומה איש אינו מדבר אפילו.

הפחדנו אתכם? אתם מפחידים את עצמכם! כשהזאטוט עוטה ארשת חשיבות ומשגר בקול דקיק אמירות נוקבות לשטח האווירי שלכם, לחץ הדם שלכם מזנק וכל איבריכם מתפוקקים.

מה אומר המתבגר בן השלוש? הצהרת כוונות רצינית להפליא כמו: "אני אהיה נהג 'אוטו זבל' כשאהיה גדול!" (הוסיפו את העיניים הבורקות, הוא שואף למלוך על הקבינה), או "אני אגדל ואהיה השומר של החיידר!" (אל תשכחו את המבט המעריץ, השומר הרי ממש משנה את סדרי בראשית: בהבל פיו נקבע מי יצא ומי יבוא, מי ייתפס בעוון בריחה ומי יקבל הסבר חביב ומלומד, והדגמה חיה כיצד משתמשים בנשק. לא פסחנו על משקפי השמש שלו, הם בכלל מושא לקנאה.)

למה בעצם אנחנו מלגלגים? אולי יש מקום להזדעזע, לצקצק בלשון, להניע בראש בייאוש ולנסות להכתיב חלומות "לפי הספר"? שוב הגזמנו. נתחיל אחרת: יכול להיות שיש צורך לנתב את חלומות הילדים לכיוונים שרצויים לנו, כהורים, ומתאימים להשקפת עולמנו, או אולי פשוט נאפשר להם לחלום כאוות נפשם ונחכה להתפכחות עצמאית ובוגרת?

"לדעתי, זו לא שאלה של 'נכון' או 'לא נכון'", משכילה אותנו דבורי וקשטוק, הפעם מהפן המקצועי , מאמנת אישית מוסמכת (CCIL) המאמנת אימהות להורות טובה יותר שיש בה פחות "רגעי התמוטטות".

"כאשר הורה נתקל בחלומות של הילד שלו שמאיימים על שלוות רוחו, עליו לשאול את עצמו מה מפריע לו בהם. האם העיקרון עומד בראש הפחדים, או שמא החשש הגדול נובע מאכזבה אפשרית? יכול בהחלט להיות שהאם חלמה חלומות ולא הגשימה אותם, והיא מבוהלת מאכזבה של הילד שלה במקרה שלא יגשים את חלומו.

"ככלל, כאשר ילד בא ואומר: 'אני רוצה להיות נהג משאית זבל', לא עומדת מאחורי האמירה שלו מחשבה שהמקצוע הזה נכון עבורו. הגיוני מאוד שהוא בעצם מנסה לומר: אני שואף למעמד, למקום, לשליטה. משאית הזבל עוצמתית ומלאת נוכחות, ואפילו עוצרת את כל התנועה כשהיא בפעולה ומחוללת רעש רב. אני רוצה את הנוכחות הזו!

"כאן המקום לרדת לגובה העיניים של הילד ולשוחח עמו מתוך סקרנות וחקירה, ולא ממקום ביקורתי. ניתן לשאול אותו: 'מה יש בנהג משאית הזבל שמעניין אותך? מה הסיבה שאתה רוצה להיות כזה?' כך הילד יוכל לשתף באמת".

לכן, נהלו עם הילד דיון פתוח, שלא יכלול מתן הצעות ותחליפים, אלא יכלול הרבה מאוד שאלות פתוחות (כאלו שהתשובות עליהן מגוונות, ולא רק "כן" או "לא"). באמצעותן הוא יפתח את אופקיו הפנימיים ויתעודד לחשוב בעצמו על חלופות שירוו את הצורך הבוער בו.

"בוא נחשוב ביחד אילו מקצועות או תפקידים אחרים מספקים גם כן את היכולת שאתה מבקש", נאמר לילד, וכך נאפשר לו לפתוח את הראש למגוון אפשרויות ונעניק לו כלי חיוני לחיים: הוא ידע לחשוב, בכל מקרה, על אופציות נוספות לפתרון.

קחו לדוגמה את השאיפה האולטימטיבית של כל ילד: להיות שוטר או חייל. חשוב מאוד לא לעורר בו ריאקציה על ידי "לא" חריף, או: "אצלנו בבית אפילו לא חושבים על זה!" אתן רוצות מאוד להפעיל מוטיבציה נגדית, או לעורר מחשבות נלהבות של "אני אראה להם"?

מה כן עושים? נהלו בנחת דו שיח. למשל:

- "מממממ... חייל או שוטר... בוא ספר לי מה יש בחייל שאתה רוצה להיות כמוהו".
- "כי יש לו רובה. גם לי יהיה רובה כשאני אגדל!!" (נשימת התרגשות עמוקה.)
- "מה הרובה מסמל בעיניך?"
- "המון כוח!!"
- "ומה עוד הוא מסמל?"
- "הוא שומר על אנשים שחשובים לו!"
- "אני מבינה שאתה בעצם רוצה להיות מישהו שאפשר לסמוך עליו. אדם כזה שיכול להגן על אנשים שחשובים לו. בוא נחשוב ביחד אילו תפקידים נוספים נותנים כוח, למי שעוסק בהם, להגן על אחרים".

בשלב הזה, הילד יכול להגיע למסקנות שונות, אולי הוא יבחר בסוף בתפקיד כמו של משגיח צדיק בישיבה, מקצוע שמביא עמו כוח רוחני רב, או יתעל את שאיפת השליטה הילדותית וחסרת הרסן, למעמד של גדול הדור.

"כדאי לזכור", מדגישה דבורי, "שנושא החלומות נותן לאם אינסוף אפשרויות להכיר את הילד באמת מבפנים ולנהל אתו שיחה שלא הייתה מתנהלת ביום יום. זו הזדמנות פז ליצור הידברות ולתת לילד לבטא את הרגשות הפנימיים שלו ורצונותיו הכמוסים, זו שעת הכושר להעמיק אתו ולהבין כיצד הוא חווה את העולם סביבו, ועל פי אילו דחפים הוא מתנהג".

מעבר לכך, חשוב להבין כי חלומות ילדות מעניקים מטרה שמעודדת מאוד ונותנת המון כוח ומוטיבציה להתקדם. לכן רצוי לטפח חלומות חיוביים, וגם במקרים של חלומות שאינם הולמים, לא "לסגור" את הילד אלא להבין את מניעיו ולחשוב על חלופות אפשריות. כי אם נעצור את הילד בגיל חמש בעזרת "לא" תקיף וחד, נמצא את עצמנו תוהים כשיהיה בן חמש עשרה, מדוע הוא צמח לנער חסר שאיפות.

ואיך מגיבים לחלומות חיוביים?

מעודדים!

"אתה רוצה להיות מגיד שיעור? בוא נחשוב איך תוכל לממש את השאיפה המיוחדת הזו, כך שכבר היום תוכל להתחיל ולעבוד על השגת המטרה".

גם כאן האם מוזמנת לאפשר לילד לחשוב קודם כל בעצמו, ללמוד למצוא פתרונות ותשובות, להיות יצירתי ולהתמודד עם שאלות. הילדים מתגלים בדרך כלל כמפתיעים מאוד!

כאשר הילד לא מבין או לא מצליח ליצור רעיון שיקדם אותו, האם מוזמנת להציע לו רעיונות, כמו: אולי ציור דמות של מגיד שיעור שאתה מערץ, שתלוי מעל המיטה שלך - יזכיר לך את החלום הנהדר?"

תוכלו לחלופין לקנות לו תמונה של אדם בעל שיעור קומה רוחני שהוא מעריץ, להסגיר ולתלות לו את התמונה בחדרו. מדי פעם (רק מדי פעם!) תשאלו אותו: "מה עשית היום כדי להגשים את החלום שלך?" "איך, לדעתך, התנהג אותו אדם כשהיה לו קשה כמו שלך קשה עכשיו?"

דוגמה שכיחה נוספת היא ילד שמשתוקק להתקבל לישיבה מסוימת. איך תגרמו לו לפעול, להיות אקטיבי ולנסות לעשות את כל שביכולתו כדי להגשים את החלום? הזכירו לו את הישיבה המיוחלת מדי תקופה באופן חיובי וטוב, ולא בלחץ ו"נו נו נו" ושאלו: "מה עשית היום כדי שתזכה להתקבל לשם בשנה הבאה?"

עם זאת, חשוב גם לתת את הכוח והאפשרות להיכשל ולהדגיש כי העיקר הוא הדרך שנעשתה עד ליעד, והמטרות החיוביות שהושגו".

האם המקצוע שלך כיום מסב לך תחושת שמחה או החמצה?

"יש לנו חנות למערכות סטריאו. אני עבדתי שם כמוכרת, וכל הרופאים מהחברה הגבוהה היו באים וקונים אצלנו מערכות סטריאו יוקרתיות...

גם אחרי שוויתרתי על התשוקה ללמוד רפואה, המשכתי להתעניין בספרי רפואה. התחלתי לשלוח אל לקוחותינו הרופאים, באופן פרטי, נשים שהיו זקוקות לייעוץ רפואי. בינתיים נולדו לי חמישה ילדים, הרגשתי שאני מתבגרת ו'מחמיצה' את החזון שלי והחלטתי שאני עומדת להגשים את חלום חיי: להיות בחדר לידה, אבל מהדלת האחורית. למדתי להיות תומכת לידה.

"מדי מספר חודשים, אבא שלי מסנן לעברי בעצב: 'אי הלכת לאיבוד... יכולת להיות רופאה...' אבל אני שמחה שלא בחרתי במקצוע הזה, שלא מאפשר התמסרות לבית ולילדים. אני עוסקת בתחום, מתחככת בו כל הזמן, ואפילו נותנת ייעוץ רפואי, אבל אני לא רופאה".

מה תרצי, מנקודת מבטך כיום, להיות כשתגדלי?

"החלום שלי הוא לנהל ארגון חסד גדול, כמו הארגון של הרב פירר, ואני שואפת לכלול בארגון הזה את כל תחומי החסד: החל בייעוץ רפואי, עבור דרך מתן מזון וכלה ב--- רק השמים הם הגבול".

החזון הטיפולי

שם: דבורי וקשטוק, ירושלים

מקצוע: מנהלת "סוויטה" - אימון לטיוני", מאמנת אישית מוסמכת (CCIL) להתבהרות אישית ולטיוניים בתעצל החיים, מנחת קבוצות ומנחת סדנאות, ומחברת הספר "מעט כבר" בשם הגם הרוח דבור

מה ענית בילדותך על השאלה: "מה תהיי כשתגדלי?"

"קודם כל, רציתי להיות 'לא שמנה'. לא שאפתי להיות רזה, אבל לא השלמתי עם העודפים המכעיסים. לא הסכמתי להמשיך ולחוות את ההשפלה של הכיסאות הרבים שעליהם אני יושבת, הנוחתים תחתיי בכל מקום אפשרי.

בנושא העיסוק המקצועי, תמיד עניין אותי התחום הטיפולי. עולם הגדולים משך אותי מאוד בשאלות של חקירה פנימה: להבין למה, איך ומי אמר. לרדת לעומק. אני לא זוכרת רגע אחד בחיי שבו קיבלתי את הדברים כמובנים מאליהם, בלי להבין ולברר קודם: 'אבל למה?'"

חלומות נעימים? לא!

"הייתה לי אמביציה אדירה בגלל תחושת השוני שחשתי, אפשר לומר שהרגשתי אפילו מנודה מחברת הרזים ולא שייכת. גם בבית ראו את המשקל החריג שלי מזווית חמורה מאוד. ה'מינוס' היה גדול כל כך והחיסרון בלט למרחקים, עד שהייתי מוכרחה להוכיח לכולם שאני שווה למרות הכול.

"מי שראה אותי אמר: 'השמנה'. אני שאפתי שיאמר: 'השמנה החכמה', או 'השמנה המעניינת'. הנוכחות הפיזית שלי הייתה שונה כל כך, עד שהוכרחתי לייצר נוכחות נוספת.

"מילאתי תפקידים עוצמתיים ובעלי נוכחות: בגיל עשרים, למשל, כבר ניהלתי חברה גדולה מאוד. ארגנתי פרויקטים, לא פחדתי לומר את דעתי, ובסך הכול, ריכזתי סביבי אנשים שידעו להעריך את המעלות האחרות שהיו בי.

עם הזמן, הבנתי שיש דרכים אחרות להשיג מקום בעולם והתמתנתי מאוד.

בגלל הרצון העז שלי לרזות, וחוסר היכולת לעשות זאת בדרכים אחרות, עברתי 'ניתוח שרוול' וירדתי מאוד במשקל. חלום א' הוגשם. חלמתי גם לכתוב ספר ולהוציא אותו לאור - ועשיתי זאת. הוצאתי את הספר 'מסע כבד', שמתאר את דרך החתחתים שעברתי כדי להשיל מעליי את המשא הכבד והמיותר.

ובמקביל לכל אלו התחלתי ללמוד, בגיל מוקדם מאוד, מקצועות שתנאי הקבלה אליהם כוללים מינימום של גיל, ולא הפסקתי לחקור ולשאול, לברר ולהעמיק בעולמות של גדולים ומבוגרים ממני.

בהזדמנות הראשונה התחלתי ללמוד אימון אישי ולעסוק בתחום, ומאז אני ממשיכה ללמוד ולהשתלם בתחומי הטיפול, הייעוץ והאימון, וכיום גם מלמדת בעצמי".

האם המקצוע שלך כיום מסב לך תחושת שמחה או החמצה?

"אני מנהלת שיווק כשכירה, אבל מגשימה את חלום הילדות הישן באמצעות העיסוק המשמעותי שלי כמאמנת אישית וכמנחת זוגות. באימון משתמשים במונח 'חזון', ומהו? איפה אני רוצה להיות בעוד טווח ראלי של שנים.

כשלמדתי בקורס הכשרת מאמנות, המרצה הנחתה אותנו לעצום עיניים ולראות' תמונה של עצמנו בעוד חמש שנים. (למה דווקא חמש? פשוט מאוד: שנה אחת קדימה לא מספיקה ליצירת שינויים מהותיים ולצעדים גדולים מאוד, עשר שנים, לעומת זאת, רחוקות מאתנו שנות דור.)

"הייתי אז גרושה מספר שנים והתרחקתי רוחנית מהדרך שגדלתי בה. תשאלו: מה הייתה התמונה שראיתי? דמיינתי את עצמי נכנסת הביתה אחרי יום עבודה מספק ורואה את בעלי, דמות גברית חרדית לגמרי, יושב על הרצפה במקום שנראה כמו סלון פשוט וביתי ומשחק עם הילד בן השנתיים שלנו בשלווה ובשמחה. החזון הזה היה רחוק ממה שהייתי באותה תקופה מרחק עצום והיה נראה בלתי מושג. הרי הייתי רחוקה כל כך...

"אבל אחרי שנתיים הוא החל להתגשם וכיום הוא מוגשם במלואו. היום, זו התמונה שאני רואה כשאני נכנסת הביתה אחרי יום עבודה עמוס ומלא סיפוק: בעלי משחק עם בן השנתיים שלנו על הרצפה. יש ביניהם קשר מדהים, ואני מרגישה שהאוצר שלנו נתון בידיים הכי בטוחות שיש. אין סיפוק גדול מזה!

אז כן, אני מאמינה גדולה בלשאוף ליותר, בלהעז לחלום ויותר מהכול - להעז ולהגשים!

"אני קוראת לכל אלו שאינן מעזות לחלום ופוחדות מאכזבה משתקת: אני הייתי שם. שקלתי 151 ק"ג, הייתי גרושה שלא האמינה שאתמסד, עזבתי את המסגרת. צנחתי לתחתיות אפלות, אבל היום אני חיה חיים מלאי בחירה, ובכל בוקר שואלת את עצמי: האם אלו החיים שרציתי לחיות? החיים שעבורם עבדתי קשה כל כך? התשובה שלי, לעצמי, ברורה לחלוטין. אני חיה את החיים במלואם ומסופקת בהם מאוד".

מה תרצי, מנקודת מבטך כיום, להיות כשתגדלי?

"את שואלת שאלה שמנקרת בי כבר שנה. הגשמתי מהר מאוד את החזון שלי על כל תחומיו. אני אדם של יעדים, מטרות וחלומות וזקוקה כל הזמן לסמן וי ולעבור אל הפרויקט הגדול הבא. מהו, אם כן, היעד הבא?

כל עוד שאלתי בעצמי את השאלה הזו, לא הייתה לי תשובה והייתי מוטרדת מאוד, אבל עכשיו, כשאת כגורם חיצוני, שואלת אותי, אני יכולה להשתחרר מהלחץ מהעובדה שאין לי יותר חזון! ולהבין שלמען האמת, אני לא זקוקה עכשיו ליעד הבא. תנו לי ליהנות מכל חלומותיי המוגשמים שממלאים אותי מבפנים. העובדה שהם הוגשמו אינה מובנת מאליה, וזה הזמן לשמוח ולהכיל את כל הטוב.

"כרגע יש לי יעדים קטנים יותר לכבוש: פרויקטים חדשים ומלהיבים כמו פתיחת קורס אימון, יציאה אל הקהל הרחב בסדנאות חדשות או מיזמים מעניינים אחרים (אולי עוד ספר...) אבל הטירוף 'להגשים חלומות' שטלטל אותי בעבר ולא נתן לי מנוח - נרגע עם התגשמות החזון האמיתי של הדברים הגדולים והמשמעותיים ביותר עבורי: משפחתיות טובה, הורות רגועה, שייכות לסביבה ולמסגרת ועבודה מספקת מאוד".