



סדרת: 'יסודות החינוך' (התפרסמה ברשימת: "חלום של אמא", סיון תשפ"ד)

ברור 'יסודות החינוך', תובנות חשובות והסרת מכשולים שונים בחינוך, יחד עם: עידוד הזרימה הטבעית המביאה לרצון, צמיחה וקרבת ד'

פסקה א':

מהו חינוך אמיתי וערכי?

כזה שמדרבן את הילד שלי לרצות מבפנים ?

להתעלות. להתרומם

לקבל את התורה באמת, מתוך הלב ??

.....

סיפרה לי מכרה צעירה ויקרה:

"כשהייתי בערך בת 12 ,

המורה החליטה לכבוד חג השבועות ,

לערוך מבצע מתאים.

היא עודדה את כל הכיתה

לסיים את כל ספר התהילים בחג

והבטיחה פרס לכל מי שתעמוד בכך.

המשימה היתה גדולה עלי ולא הייתי בין הזוכות .

אבל, המורה לא ויתרה ;

היא דרבנה את הבנות שעדין לא סיימו ,

לגמור ולקרוא את כל התהילים

ולזכות בפרס, גם לאחר החג .

אני לא הייתי ביניהן...

והמורה שוב, לא ויתרה לי ;

היא ניגשה אלי ושאלה אם סיימתי ,

הייתי כנה, אמרתי לה שלא .

חיכיתי שהיא תשכח ממני ודי .

אבל יום אחרי יום היא לא הרפתה ,

עד שלא עמדתי כבר בלחץ שלה

ואמרתי לה כן .

קיבלתי את הפרס .

הוא צרב לי בידיים .

הרגשתי שקרנית. רעה ודחוויה מאת ד'.

ומאותו היום, למשך מס' שנים ארוכות ,
לא הייתי מסוגלת לפתוח את ספר תהילים!!!
הרגשתי כ"כ רע עם הסיפור הזה
ונותרתי עם המון||| תחושות קשות ומכבידות.

.....
אז איך את שואלת.

איך נחבר ילד לתפילה? לברכות? לשמחה במצוות?
ושהוא ירצה את זה??
ועוד יותר, כיצד ננהג עם ילד
שיודע שהוא אמור להתפלל/לברך וכו' וזה לא ממש קורה??...

ואגב, איך הוא מרגיש כשזה קורה?
ובאמת, למה זה חשוב מה הוא מרגיש?
אוההוהו זה יותר מדי חשוב!
כי, לפי איך שהוא מרגיש,
כך הוא מתנהג.
אלו האנרגיות שממשיכות להפעיל ולקדם אותו!

.....
רצה לדעת איך הוא מרגיש?

בואי ננסה קצת לחוות אותו...
נניח יום שלא הכנת ארוחת צהרים/
או לא כיבסת מה שצריך,
או אולי שקעת בספר ולא השקעת בבית או בילדים...
איך את מרגישה? לא איך את חושבת)
טובה? אהובה? מוצלחת? עובדת ד??
ואם למשל, שכחת לברך חלילה?
ואולי הרגשת עייפהההה והחמצת מצוה יקרה ח"ו,
איך את מרגישה??
מרגישה יקרה ואהובה?
בת של ד?
נשמה יהודיה טהורה כ"כ?
מרגישה צדיקה? טובה? אהובה? רצויה?

או אולי :

דחוויה. מושפלת. לא רצויה .

ואפילו רעה או רשעית??

אז איך נראה לך מרגיש ילד (לא מבוגר, כן?)

שיש לו לא מעט נפילות. לא מעט שגגות ואולי לפעמים גם זדונות?

איך הוא אמור להרגיש? צדיק? אהוב? רצוי?

ומה את מציעה מיכל (אולי את כבר כועסת),

שאני יתן לו על זה פרס???

מצוין! שירגיש ככה .

שירגיש מה קורה לילד שלא עושה את מה שהוא צריך ,

זה יגרום לו פשוט לחזור בתשובה. לא ככה?

הוא ילמד מצוין את המ(ו)סר".

.....

רגע רגע...לפני הפרס

(לא. אל תלכי לקנות...עוד לא אמרתי לתת את הפרס:)),

הוא עלול להרגיש רשע. דחוי. חסר תקנה .

חסר תקנה. מיואש ולא רק .

אז איך נראה לך זה יקדם אותו?

הוא לא באמת ייתפלל

ואם הוא כן ייתפלל, זה כי הוא חייב .

כי הוא צריך ומוכרח!

כי אחרת ח"ו, ד' יעניש אותו .

ד' ינקום בו ,

זה מאד מפחיד להיות רשע .

ומי שרשע, הוא בכלל לא צדיק

הוא לא מאמין שהוא כזה

הוא לא מצליח להיות כזה ,

כי כל האנרגיות שלו חסומות

והוא כבר ממש מרגיש שהוא חסר תקנה.

ודרך אגב, מהמקום הזה מתפתחות גם חרדות.

.....

אז בואי נחזור לשאלה:

איך נחבר ילד למצוות?

ושהוא ירצה את זה??

ומה נעשה אם אנחנו רואים זלזול ח"ו?

.....

פעמים רבות ובמיוחד בדור כאוב כשלנו,
אנחנו מוצאות את עצמנו
שואלות ותהות:
איך מחנכים באמת?
מהו חינוך אמיתי וערכי?
כזה שמדרבן את הילד שלי לרצות מבפנים?
להתעלות. להתרומם
לקבל את התורה באמת, מתוך הלב??
קבלה כזו, ש"גם כי יזקין, לא יסור ממנה?!"
ולפיכך התכנסנו כאן:))
להעמיק ולדלות אוצרות בנושא מהותי כ"כ
הנוגע בלב ליבה של תורתנו
חינוך הדור הבא לקרבת ד'.

.....

קטע שני:

מהו חינוך איכותי?

חינוך המושתת על בסיס בריא המקדם צמיחה

.....
שני שלבים קיימים בתהליך החינוכי :

שלב היסוד ושלב הצמיחה

הבה נתחיל ללבן יחד, את שלב היסוד
ומכאן בעז"ה נתקדם הלאה;

מהו היסוד, שאיתו כל ילד חייב לגדול?

(בעצם כל מבוגר שלא קיבל זאת בילדותו,

חייב להפנים אותו לתת הכרתו')

זוה הבסיס האולטימטיבי והוא:

אני = טוב .

אני = שווה.

אני = צלם אלוקים.

אני = נשמה מפוארת.

זהו הכבוד הבסיסי של הנשמה (שנקראת כבוד)
והרי כל נשמות ישראל מרכיבות את: "כסא הכבוד"
משמע: שאני ואת וכל אחת מאיתנו, היא-
ישות ענקית ומדהימה
שבשבילה היה שווה לברוא עולם שלם!
זוהי חוויית קיום הכרחית לכל נברא והיא:
"בשבילי נברא העולם!"
(אהה... אני רק מזכירה שזה החינוך של חכמינו ז"ל,
לא משהו חדשני ומודרני, כן?)

בלי הבסיס הזה, בלי תחושת המהות הזו
ללא תחושת הערך הקיומית הזו, קשה כ"כ לגדול,
בלתי אפשרי לצמוח ובכל תחום, גם רוחנית
ואין. אין באמת יכולת לשאוף לקרבת ד'.
כי במידה ולא מרגישים באמת טובים וענקיים
במקום פנימי ועמוק. בתודעה הכי עמוקה שבנפש,
יש פחד מתחושת ה'רשע' - המנודה. המורחק מאת ד'.
ישנה רתיעה עמוקה, מהיכולת להתקדם בעבודת ד'
והייאוש - הוא הוא יצה"ר, הוא השטן בכבודו ובעצמו--
משתלט על כל חדרי הלב, במסווה של ביקורת וצתדקנות
והוא מרפה ידיים .

הוא מומחה בהוכחות מרשיעות ומגמדות
והוא משכנע אותנו בתודעה, שזהו .
אין כבר סיכוי. נקודה.
(שאי פעם נהיה טובים ורצויים ח"ו).

אסור פשוט אסור להיות שם.

זהו מקום קשה לנפש. ובמיוחד לנפשות רגישות יותר.

וכדי להימלט מהמקום הזה ,
חייבים לתת לנפש את תשובת המשקל

חייבים להתחבר לחמצן נקי וטהור

את שלב היסוד הקריטי הזה ,
שאני נוהגת לקרוא לו: "חמצן הנפש",
ניתן לקבל ע"י: "אהבת אם".

כי אהבת אם, היא אהבה נקיה ,
המתדמה לאהבה שאינה מותנית בעשייה והתקדמות

זוהי אהבה שמכירה בעצם היותך נשמה מפוארת
בכך שכל העולם כולו היה ראוי וכדאי להיברא עבורך,
עוד לפני שעשית משהו
ממש כמו כשהיית תינוק - והתפעלנו כ"כ
מגילוי האלוקות שבך.
ועם תחושת היסוד הזו, צריך לגדול לאורך כל החיים.

'אהבת אם', אפשר לתת לילד שלנו,
לעצמנו (במידה ולא קיבלנו את זה)
ולכל אדם שהוא.
אהבת אם - זוהי אהבה נקיה וטהורה
שאינה תלויה בדבר.

פסקה ב':

כיצד מעניקים 'אהבת אם'?

לחשוב ש... לא ראינו
ומנגד: להעצים את הטוב והיקרות

אז כיצד מעניקים 'אהבת אם'?

אהבת אם, הינה "אהבה נקיה"
והיא אהבה סגולית
שביכולתה לתת לכל נפש
את הבסיס והחמצן הקיומי שלה
ואם נתבונן מעט, ניווכח:
שהיכולת לספק לנפש
את החמצן הבסיסי שלה
זוהי יכולת של ריפוי ושל קיום
יכולת המעניקה חיים מאפשרים ובריאים

זוהי אהבה בלתי מותנית
אהבה שאינה מצפה לשום תמורה
אהבה שאוהבת אותך מעצם היותך
מעצם גדלות נשמתך

ואגב, אהבה כזו - חווינו אצל גדולי ישראל

ויש כ"כ הרבה דוגמאות לכך!

תכל"ס, איך באמת מעניקים אותה?

חשוב לדעת, ש'אהבה נקיה', היא תהליך
תהליך של למידה ומודעות עצמית שלי כאמא
ובנתיים,
להלן טיפים מעשיים
שמראים לנו את הדרך...

הקפידי על אהבה נקיה:

אהבה נקיה לא מצפה לקבלת תמורה
והיא מעניקה מרפא אמיתי.
היא מעניקה לנפש את התחושה
שיש לה מקום מעצם היותה.
שהיא ראויה ולא בתנאי

טיפ 1.

ולכן, כשאת נותנת לילד שלך דבר מה
אל תצפי לקבל חזרה
תעשי את זה לשם אהבה. לשם נתינה

טיפ 2.

כשאת מבקשת מילדך עזרה
אל תבקשי זאת כתמורה למה שהוא קיבל
אלא, כחינוך חשוב עבורו **ולמענו**
כי כמה חשוב שילד יידע לעזור
יידע לעשות דברים בבית
וכמה חשוב שתיהיה לו הכרת הטוב
וכו'.
דייקי אצלך בלב פנימה:
שזה לא בשבילך, אלא בשבילו.
(כשאת זקוקה לעזרה, זוהי נקודה שונה
והיא דורשת שימת לב והפרדת הנגיעות).

טיפ 3.

אל תתני (עם פתח בת' הראשונה) מתנות
בהתנהגות הולמת.

כשאת רוצה לתת מתנה

תני בכיף:

תני לכבוד יום ההולדת
לכבוד שנזכרת כמה הוא אוהב משהו
והלכת ברחוב ורצית לשמח אותו
ועל זו הדרך.

טיפ 4.

אהבה נקיה, מחוברת לטוב שבו
למהות נשמתו
לטוב שבעצם
ואם הילד מתנהג לא בהתאם לגילו וליכולותיו
את מבינה, שהוא במצוקה
את מבינה שזה לא הוא
כי הוא = טוב מוחלט.

ולמצוקה את מעניקה חמלה והבנה

ומתמקדת בראיית הטוב,

על מנת להשאיר אצלו את החיבור לטוב!

הוכחה נפלאה להנ"ל, מהרב שטיינמן זצ"ל,
שלחה לי אחת האימהות,
ממש **מסר קולע ומשלים**;

"קראתי על מלמד בת"ת ,

שבא לשאול את מרן הגרא"ל שטיינמן זצוק"ל ,

מה לעשות אם הוא רואה שתלמיד עושה מעשה לא טוב?

תשובת מרן זצ"ל היתה:

"אל תראה" !!!

המלמד המשיך להקשות:

ואם בכל זאת ראיתי ?

תשובת הגרא"ל היתה: "אז תחשוב שלא ראית" ...

מרן זצ"ל המשיך ואמר

שעל המלמד לא לראות 80% ממעשי הנערים" !!!

בואי ננסה להבין מעט את דברי הרב זצ"ל,

מדוע לא לראות? מדוע לא להעיר?

למה לא לחנך? למה לא לתת מוסר??

כי אם נראה בילד את הקטנות שבו

נגרום לו להרגיש "לא טוב"

ההיפך מהבסיס שכה חיוני לגדילה טובה

שהיא:

להרגיש שהוא = טוב

להרגיש שהוא = צדיק

להרגיש שהוא = נשמה מפוארת

אז איך מחנכים?

פשוט מאד:

צריך לא לראות.

או לחשוב שלא ראינו...

פסקה ד':

מהי התרומה הקריטית שלה?

מתנה של רוגע. בריאות נפש. וחיבור עמוק

ומכאן הדרך פתוחה לצמיחה

.....

ועוד קצת נשאר לנו להבין,

מה תורמת תחושת הערך הבסיסית והאולטימטיבית הזו?

שנרכשת, ע"י "אהבת אם?"

וכיצד היא מעניקה את הבסיס הבריא והמאפשר

לכל צמיחה ולכל יכולת להתפתח בעז"ה??

מהי בעצם התרומה הקריטית שלה?

זהו,

שהיא עושה בדיוק את ההיפך ממלאכת ה'שטן'

היא לא נותנת לו דריסת רגל בנפש העדינה שלנו

היא לא מוכנה להקשיב לארס ולרעל הנוטף שלו

שמרחיק. מנדה. שמחסל כל אנרגיה ותחושה טובה

כל יכולת התקדמות וכל אמון בטוב שבנו

שפוגע פגיעה ישירה בבריאות הנפש שלנו.

כל ילד שמקבל את 'אהבת האם' האמורה מהוריו (מספיק הורה אחד),

זוכה במתנה נצחית שא"א לשער את ערכה

זוהי מתנה של: רוגע. בריאות נפש. וחיבור עמוק

לכל הטוב והיקר שבי - לצלם האלוקים.

ומה זה אומר?

שאם נכשלת? לא נורא. זה לא סופי:

אין לי בעיה לקום מחדש.

ואם לא ידעתי? תמיד אוכל ללמוד מחדש

ואז,

אני ממשיך עם אנרגיות טובות' ואמון עצמי להתקדם.

ואם אני רוצה לעשות טוב ?

אין בעיה: הרי יש לי את זה ב'ערסנל' האישי

בהוויית הקיום שלי, שאני כזה

ולא קשה לי להיות טוב ומועיל!

כי יש לי את "אהבת האם" כל הזמן ברקע

והיא מאמינה. רגועה. יודעת שאני אכן כזה.

זהו שלב הבסיס והיסוד

שכל אחד בעולם חייב

כדי לחיות כראוי את המשמעות של חייו

וכדי להתפתח ולגדול

ומכאן, הדרך פתוחה לשלב הבא

והוא: שלב הצמיחה

פסקה ה':

לב ליבו של החינוך

להתחבר. להבין. לזהות. לנתב. לעודד...

למי שזוכרת,

שאלנו, מהו חינוך איכותי?

וענינו, שזהו חינוך המושתת על:

בסיס בריא המקדם צמיחה

ושהוא מכיל שני שלבים בתהליך החינוכי :

שלב היסוד ושלב הצמיחה.

את שלב היסוד לבנו. הבנו. מקוה שגם הפנמנו:

וכעת נשלים את נושא החינוך,

עם שלב הצמיחה:

הצמיחה תמיד נבנית על בסיס,

'תחושת הערך הקיומית',

שהיא שלב היסוד, והוא:

שאתה צלם אלוקים, נשמה מפוארת

והינך ראוי בעצם היותך.

הצמיחה לא נשאת רק שם,

אלא היא מתדמה ל" :אהבת אב";

שזוהי אהבה שמדרבנת, שמעודדת ,

שמאמינה ביכולות שלך ,

שמודעת ליכולתך לגדול ולצמוח,

אבלללל

עם רגישות. עם הכוונה אישית,

עם הבנה ליכולת, לקושי, להתמודדות אנושית.

כן .

שתי 'אהבות' אלו, הן לב ליבו של החינוך!

אז מהו חינוך בהגדרה שלו?

להלן הגדרה מסכמת למהו 'חינוך':

מהספר: "אהל יעקב ולאה" - עמ' 57

ספרו של הרב שלנגר, איש חינוך תורני שנים רבות

שקיבל הסכמות רבות של ת"ח וגדולי ישראל.

"החינוך של התורה הוא:

"התחלת כניסה לקביעות שהוא עתיד לעמוד בה"

(עיין ברשימי בראשית י"ד, י"ד)

במילים אחרות : **הסתגלות נפשית של הילד למערכת הטובה**

שהמבוגר נוהג בה. **הסתגלות זו נעשית ע"י שמחה ורצון**

בעשיית הטוב, באופן שנפש הילד **תתקשר עם חיי המצוות"**

עד כאן ההגדרה

שמסכם הרב שלנגר בספרו ולומד אותה

מחז"ל, במובאות שונות הקשורות לחינוך.

הרב שלנגר מוסיף ומבהיר בנוסף:

”קידום הילד בהרגלים **כפויים** שאינם מדברים אל רצונו,

ואין לו שמחה בביצועם, **אינו נקרא חינוך!**

ומסתבר,

שמושגת בהם מטרה הפוכה של הרחקת הילד,

בסופו של דבר, מן המחנך ומטרותיו.

הדרך היחידה היא,

לשלב בעולם החוויות והרצונות של הילד,

את חי התורה והמצוות.

אין משמעותה של מצות חינוך, לחייב את הילד בכל המצוות ודקדוקיהן

בכח סמכותנו.

אלא:

החינוך מחייב את ההורים ליצור מערכת שלמה של אמצעים,

הבאים לקשור, **אט אט, את עולמו ורצונותיו של הילד**

בעולם התורה והמצוות.

כדברי יעקב:

”ואנכי אתנהלה **לאיטי** לרגל המלאכה אשר לפני **ולרגל הילדים**”

(בראשית ל"ג, י"ג)

עד כאן מדברי הרב שלנגר.

בואי נבין עוד קצת:

חינוך, זה לדלות את הכוחות של החניך - **מבפנים**,

לכוון אליהם. **להכיר אותם ולהתחשב בהם.**

יחד עם הבנת העולם הפנימי

על שלל הרגשיו, מאווייו ויכולותיו,

לנתב. לכוון. להאיר ולעודד.

ותמיד ובכל מצב,

להשאיר את הילד, עם תחושות של טוב.

עם הרגשה מרוממת ופנימית שאתה:

יקר. אהוב ושווה.

הבה ננסה להרגיש,

עם איזו חוויה מדהימה, הילד יוצא

עם חינוך שכזה!

ומה זה היפך החינוך?

להכניס נפשות ל'תבניות',

בלי להתחשב בדפוסים אישיים .

להכריח לעשות משהו, כי כך צריך ,

בלי קשר למסוגלות. לרצונות או לקשיים .

בלי להבין כאב . בלי לתמוך כשצריך .

לדרוש בלי לאבחן אם זה מתאים או לא .

לתת מוסר וביקורת (סמויה או לא סמויה)

שמשאירים ילד מדמם בלב .

עם תחושות קשות. כבדות .

שמותירים אותו עם

צריבה פנימית של ילד רע.

לצערי ,

החוויה שנספגת בילד שיוצא מ'חינוך' כזה ,

עלולה להיות קשה אפילו מאד קשה,

(תלוי ברמת הרגישות של הילד).

והנה שתי דוגמאות לחינוך מומלץ:

דוגמא 1:

איך לא נחמיץ את תחושת הטוב והצדיק של הילד בנפשו פנימה?

נניח הילד מספר לך :

"הרב'ה כעס עלי כי לא התפללתי יפה", איך תגיבי ?

את רוצה שהוא ירגיש רשע? ח"ו !

את רוצה שהוא ירגיש צדיק? בברור .

אז תביני אותו .

שתפי אותו שגם לך היה קשה,

שלא תמיד הצלחת להתחבר ...

(או שיתוף אחר שאת מכירה, זה הרי נפוץ!).

את יודעת איזו הקלה פנימית את יכולה לתת לו כאן ?

זה חסד גמור!

(כן יקירתי. זהו הפרס שהזכרנו כאן בהתחלה:))

איזו מתנה ענקית, את נותנת כאן לילד שלך!

כי מה הוא חושב?

"אההה גם לאמא הצדיקה זה יכול להיות קשה?"

"אההה אני מבין, זאת אומרת ש... אני בסדר,"

איזו תובנה ענקית ועמוקה נצרכת לו בתודעה ומספרת

לו עמוק בנפש ש"כן. אני טוב. אני בסדר"

(כדאי למדוד בשלב זה, איזו הקלה פנימית נרשמה כאן בעומק הלב!)

וזה נותן לו כח, לא להתייאש.

לא להיות חסר תקווה;

כי... כי הוא היה עלול לחשוב שהוא כבר אבוד ח"ו.

דוגמא 2:

מה לעשות אם הילד שלי "שוכח" לברך, או להתפלל מדי פעם??

האם את יודעת למה הוא לא מברך? או מזלזל בתפילה?

חשבת על זה פעם קצת יותר,

עם הבנה וקשב פנימי שיש לאימהות?

כ"כ הרבה סיבות יכולות להיות:

אולי קשה לו עדיין?

(תפילה לדוגמא, היא הרי עבודה שבלב.

היא באמת קשה! ודוקא הילדים ה'אמיתיים',

מתקשים בה יותר),

אולי הרב'ה הלחיץ אותו יותר מדי

והוא קיבל טעם לא טוב בזה?

אולי הוא צריך הדרגה כלשהי?

אולי צריך לבדוק,

מה קורה שם בבסיס של: "אהבת אם?"

האם הוא מרגיש אהוב בעצם היותו?

[זהו בסיס שכל הזמן צריך לבדוק ולא תחל]

נסי לחשוב בפניות עליו,

לראות, כיצד ניתן להקל מעט.

פעמים רבות הוא זקוק ל: 'קרש, לעבור איתו את ההר',

לדוגמא :

המליצי לוי (לאחר הבנה לקושי),
להתאמץ כרגע מעט ולקרוא ק"ש /קטעים נבחרים מהתפילה,
ספרי לוי:

כמה ד' אוהב ומייקר כל מילת תפילה שלו .

כמה הוא מצפה

ל-מה שהוא כן יכול. וכן מסוגל.

.....
ואיך מחנכים גם כשאינן 'נפילות'?

זה הזמן,

להתחבר אליו. להכיר אותו,

(חיבור רגשי, מחבר את הילד לערכים שלנו).

זה הזמן,

לזהות את מבנה הנפש .

את האופי והנטיות. את החוזקות .

מתוך כבוד ענק לנשמה המיוחדת

שיש לכל אחד ואחד

יחד עם זה, לנתב ולכוון

עם הבנה. עם הזדהות. השתתפות

והמון אמון ב'מה שאתה יכול ומסוגל!'

יהי רצון שנזכה לקבל עלינו את התורה

באהבה ובשמחה ,

יחד עם בנינו ובני בנינו עד עולם

.....
בואי גם את אמא יקרה,

אני מזמינה אותך להנות מבהירות ובטחון, בהתנהלות עם הילד שלך,

באמצעות:

קורס הבייסיק: "אימהות מגדלת";

לאימהות שחולמות יותר!

הקורס מבוסס על "ערכת החייה" לנפש:

אני קוראת לה: "ערכת החייה לבבית"

מאחר, וזוהי **ערכת הזנה לשורשי הנפש**

היא מכילה כלי טורבו המעניקים רפואה לנפש

והיא בנויה בעיקר על: שלושה אבני יסוד

שביחד משלימים את המסע המדהים

של הורות מחוברת ומצמיחה.

קורס הבייסיק: "אימהות מגדלת",

הוא קורס עם פרקי יסוד והבנת בסיס הנפש:

מתוך סדרת: "המסע שלי להורות מחוברת"

מה תלמדי במהלך הקורס?

- מהם היסודות הקריטיים לחינוך והבנת הנפש?
- איך אני יכולה לממש את הכוחות החבויים בכל ילד?
- איך להגיע לעבודה פנימית מצמיחה ומגדלת בהורות שלי?
- מה לעשות כעזרה ראשונה במצבים מאתגרים?

ועם מה את יוצאת מהקורס?

- ✓ עם הבנה לעומק של יסודות הנפש
- ✓ עם התחלת תהליך של ריפוי הקשרים עם הילדים
- ✓ עם עצירת גלגלי הנתק ומניעת נזקים מצטברים
- ✓ ועם יציאה לדרך חדשה, קרובה, יציבה ומצמיחה יותר!

לסילבוס הקורס: [לחצי כאן](#)

לפרטים ורישום: [כאן](#)

לרכישה ישירה: [מכאן](#)

- ♥ ארבעה פרקים יישימים
- ♥ תרגילים תהליכיים
- ♥ אופציה לליווי מלא למשך ארבעה שבועות!

מיכל וילמן / מפתחת שיטת: "חמצן הנפש"

מדריכה ומלווה הורים לילדים רגישים. מתבגרים צעירים ומגוון קשיים

עם מענה מותאם ורגיש לילד שלך!

[נעים להכיר - מיכל וילמן](#)

העצמה הורית מכילה ומגדלת ♥ חיזוק קשרי הורים ילדים ♥ קידום הילד המאתגר והרגיש

מיכל וילמן \ 050-4102924 \ michal2lov@gmail.com

תגובות ושו"ת בעקבות הסדרה:

"יסודות החינוך":

למיכל,

כ"כ הזדהיתי עם הסיפור, על הילדה שהפסיקה לקרוא תהילים מחוויית כילדה...

שולמית יקרה,

כן, אני מאמינה שיש עוד הרבה מזדהות!
הרבה פעמים הורים ומורים חושבים, ש"מתוך שלא לשמה יגיע לשמה"

אבל ...

זה נכון רק כשיש התחלה של רצון וחיבור
ואם אין בכלל, זה רק מזיק לצערנו.

.....

שלום מיכל

אהבתי מאוד את המסר. זה כל כך נכון ומדויק...

.....

מיכל, התכנים שלך מדהימים!

אשתף אותך במה שאני חושבת:

ראשית, הדרך מתחילה בעידוד חיובי.

כלומר - בכל פעם שהילד כן מברך / מתפלל / מוותר וכו' -

להחמיא לו ולהתרגש איתו.

שנית,

אני חושבת שחשוב מאד לשים לב לגיל הילד ולדרישה ההלכתית ממנו.

גם אם ממש מפריע לנו לראות ילד בכיתה ב' שלא מתפלל בבוקר,

עד גיל בר מצווה הוא לא מחויב במצוות - והוא אפילו לא בן 9...

מה שכן, יש מקום להראות לו מעט את הצער שלנו.

לא בצורה תוקפת או מאשימה, אלא כשיתוף ברגש שלי.

גם זה כמובן רק אם הילד בשל לזה.

בצורה כזו,

כשהילד חווה בעיקר את הצד החיובי כשהוא כן מצליח -
אז בעז"ה כשהוא יהיה בשל לזה הוא יקיים את המצוות בשמחה,
עוד לפני גיל בר מצווה...

מדהימה יעל!

הבהרת מאד יפה את מהלך הענינים
ותודה על המשוב המחמם:

הייתי מוסיפה עוד נקודה משמעותית:

כאשר לילד קשה להתפלל (או לברך וכל קושי אחר במקום הרוחני)
אם זה קצת יותר רציני, לפעמים צריך לבדוק ולהבין מהיכן הקושי
במקרים רגילים ולא מורכבים
כדאי באמת, כמה שיותר מהר לעבור לסדר היום
ולא להשאיר את הילד במקום ה'רע' וה'לא רוצה'

ואגב, ילדים קטנים למשל, לא תמיד רוצים לברך
ולכן, כדאי ומותר לברך איתם ((או במקומם:)) ממש את כל הברכה (וגם עם שם ד')!
כדי להרגיל אותם לכך.

ולעשות זאת באופן ברור ומובן
שבעצם אומר להם 'בין השורות':
"זה בסדר, כנראה קשה לך, אז אני עוזרת לך
בכיף וברוגע.

אני לא לחוצה מזה שקשה לך
זה רק זמני

ועוד מעט אתה תברך כבר ממש לבד."

ואגב, זה ממש עובד טוב.

ובחזרה לצורך שלנו בהבנת הילד:

זה אמנם תלוי לפעמים בגיל, גם תלוי בקשר עם ההורים
כמה הקשר קרוב ולא מרוחק רגשית
ולפעמים זה תלוי בחוויות מאתגרות שהילד חווה בחייו
כמו: קושי לימודי, קנאה באח מוצלח, קושי חברתי וכיוצ"ב
שמקשים על ההתנהלות הזורמת שלו בחיים.

ולעיתים, נראה זאת רק בגיל בוגר יותר.

בברכה

.....

למיכל,

אני חושבת שזה מה שהאמא מרגישה ומשדרת

אם הילד רואה אותי מתפללת בשמחה עם חייוך
יושבת לידו (בשבת) מלטפת אותו, רוב הסיכויים שיקח סידור ויתפלל,

יש לי שאלה,

הבן שלי בן 9 פלוס, חיכה בתור בבית חולים והיה שם מסך וראו שם חדשות,

זה היה פרק זמן ארוך, לא חשבנו על זה מראש...

בעלי ישב עם הגב למסך אבל הבן שלי (סקרן מטבעו), לא הסיר את העיניים ממנו (מהמסך)
בעלי לא ידע מה להגיד אז שתק

הוא פחד שאם יגיד לו לא להסתכל, הוא לא יעמוד בזה, ואז זה יותר גרוע
מה היה צריך לעשות?

אני חושבת שמה שהייתי עושה זה להמליץ לו שלא כדאי וגם קצת לזלזל בכל הרעיון הזה
ולהגיד לו שזה לא שייך אלינו וכד...!
ולנסות לדבר איתו ולהשיח את תשומת ליבו....
השאלה מה אפשר לעשות אחרי שזה קרה (עבר שבוע)?
תודה!

חני יקרה,

בהחלט כמו שאת כותבת: כשאת מדברת על הגיל הצעיר (עד גיל 7 נניח, תלוי מאד בילד ובאופי שלו)
הילד באופן טבעי יבוא ליד אמא וייתפלל
אמנם, זה גם תלוי בקשר שלו עם אמא
(אם אין לו איזו התנגדות פנימית של קושי מולה. כן זה קיים גם בגילאים כאלו לפעמים לצערנו).

בגילאים יותר גדולים, זה עלול להיות מורכב יותר.
כמה יש לו חשק/ מצב רוח / אנרגיות חיוביות ?
כמה קשה לו להתפלל? כמה הוא מרגיש ילד טוב ?
ועוד.

לגבי שאלתך, היא בהחלט שאלה לא פשוטה בכלל!
אני חושבת שהחשש של בעלך, לגבי הנקודה שיהיה לו קשה לשמוע בקולו - היא ממש נכונה
במיוחד לגבי הילד הספציפי כפי שציינת
ובנוסף לכך, שזה משהו חדש עבורו ושאינו אותו בבית כמובן.

נאבקתי עם זה שנים גם עם הילדים שלי
והאמת שאין תשובה אחת תמיד
צריך לבדוק כל ילד לגופו של ענין
תלוי בגיל. בקשר ובהערכה הפנימית שלו להוריו
בגדול:
ילדים שיש להם קשר טוב עם ההורים באופן כללי

והם אינם מאתגרים במיוחד (שכאן, צריך לחשוב טוב טוב כיצד לנהוג בנוסף)
עדיף לשוחח איתם קודם לכן

בשיחה פתוחה וזורמת, ולא סוג של "מחנכת"
שיחה בגובה העיניים (את זה עושים מתוך פניות. אהבה ואמון)
שיחה שרוצה ללבן עם הילד ביחד סוגיה של "שנינו"
(וזו שיחה מכבדת יותר, עם פתיחות רגשית, ונטולת לחץ רגשי, שזה אמנם לא תמיד קל
כשאנחנו לחוצים על נפש ילדינו)
ולא ש"זו הבעיה שלך ואני באה לאמר לך מה לעשות..."
מציגים את הבעיה. מהדהדים אותה
נותנים לילד להביע עמדה. דעה. שאלה.
וביחד מנסים להציע פתרונות
וככל שהילד בעצמו יציע פתרונות מעצמו
הוא יישתדל ליישם אותם על הצד הטוב ביותר.

אחד הבנים שלי, עבר תאונה ופציעה ונאלצנו לבקר במשך יותר מחצי שנה
במרפאות חוץ בביה"ח, אחת לתקופה
ושוחחנו על כך ובאמת התארגנו מראש לביקור זה
הבאנו חומרי קריאה מעניינים + גמבוי ששאלתי משכנים לכל ביקור כזה
(אישית אני לא אוהבת גמבוי, אז זה יצא מאד טוב, כי היה לו חשק מיוחד לשחק בזה)

ומה עושים בזמן אמת? כשלא התארגנו לכך?

אם נראה לנו, שהילד לא יעמוד בכך, יתכן באמת, שעדיף לא לאסור (ושוב מאד תלוי גם בילד ובמצב שלו כעת)

אפשר להביע דעה על הפסול בכך, בהחלט

כדאי למצוא מסיחי דעת (כמו לצאת ולקנות גלידה, לדבר על היום הולדת הקרוב וכו')

אבל חשוב מאד:

אם הילד הסתכל. מה עושים?

זה הכי חשוב:

הוא צריך לקבל התייחסות עם הבנה לכך - שזה היה לו קשה. זה באמת נסיון

ושתמיד אפשר לחזור בתשובה - וזה אחד מעיקרי היהדות

לתת לו לגיטימציה לשוחח ולספר מה הוא מרגיש

ולא להשאיר אותו עם רגשות של אשמה ורשע - זה מקום לא טוב ולא בריא

להיזהר לא להתעכב מצידנו, על המקום הזה של הנפילה - **לצאת משם**

וכמה שיותר מהר, לחזור למקום בריא וקרוב מול ההורים (שמייצגים את דרך ד')

עם ילדים בגיל בוגר יותר, זקוקים לשיח פתוח יותר, שמרשה להם להבין את רגשותיהם לעומק.

למיכל,

במקרה הזה,

אני מרגישה שהמורה היתה כל כך רחומה- לא יכלה לחשוב על זה שתהיה בת שלא תקבל את הפרס:

אצלי זה היה לחץ פנימי- הרגשתי מחויבת לומר כל יום של תהילים לרפואה וכו'.

הרגשתי רוצחת אם לא אמרתי

בלי שזה הגיע מאף אחד

שנים אחר כך היה לי קשה להגיד תהילים. עד שהשתחררתי ועכשיו אני שוב אוהבת לקרוא תהילים

עכשיו הבכורה המתוקה שלי מנסה לשכנע אותי שזה באמת לא קשה לה לסיים ספר בשבת. והיא עושה את זה רק כי היא רוצה וכו'

אמרתי לה שבסדר. מצוין ויפה מאוד. אבל אם ביום אחד היא תרגיש שקשה לה, שתזכור שה' אוהב גם פרק אחד. והיא בסדר גמור, גם אם לא תקרא תהילים ושלא תרגיש את המחויבות הזאת של "לסיים."

שרי יקרה,

נכון שהמורה היתה רחומה

אבל, היא לא הרגישה באמת את הילדה

היא לא היתה במקום הזה

אלא במקום מאד חיצוני

באמת נכון.

יכול להיות שהיתה מרוכזת בחויה האישית שלה, שזה אסון שילד לא יקבל פרס ולא הקשיבה לילדה עצמה
מפחיד כמה אנחנו בטוחים שאנחנו פועלים טוב, בלי להיות מודעים איך זה מתקבל אצל השני.

.....
למיכל,

'לדבר לרגש לעשות ענין',

אני אישית בשבת עושה סעודת אמנים ולפעמים סופרים אמנים או ברכות שלמות
הילד לא ברך או שלא ענו לו אמן (בלי ענין) חבל הפסדנו לענות אמן
לעשות ענין מהטוב ולתת פחות דגש לפחות (הרי זה לא עברה לומר ברכות בשקט וכמובן אנחנו לא שוטרים)

תודה חוי יקרה!

באמת, כאשר הילד נמצא במקום טוב, מאד מאד יקדמו אותו
ההתפעלות וההתרגשות שלנו מהדבר

השאלה היא,

איך נתמודד עם כשלון שלו?

ואיך הוא מתמודד, עם תחושות קשות שלו?

אם למשל יש לו חווייה שלילית או קשה ממשו רוחני?

.....
מיכל,

ממש נהדר,

זה המסר שצריך לעבור בין כל המחנכים וההורים...

.....
למיכל,

השאלה הזאת -איך לחבר ילד לתפילה כשאנחנו רואים שבפועל זה לא ממש מצליח,

באמת הטרידה אותי הרבה,

בתור ילדה היה לי קושי גדול מאד,

בתור ילדה מחונכת מאד ומצפונית מאד, אבל עם עם קשיי קשב- רחפנית,

התפילה היתה ארוכה ולא נגמרת... דווקא היה לי הרבה טעם אבל לדקה שתיים, לא לתפילה ארוכה...

התסכול הזה שאני "לכודה בתפילה"- הרי מרגע שהתחלתי אי אפשר לעצור עד שמסיימים, ולא להפסיק לשום דבר,

אסור לדבר, או לאכול או לשחק, רק להתפלל, העדפתי כבר לא להתחיל בכלל,

גם בענין לגמור ספר תהילים- כולם מסביבי היו מסיימים את הספר בהזדמנויות שונות,

ורק אני הרגשתי 'דפוקה' שהגעתי רק לחצי. במקום לדעת להעריך כמה זה יקר וחשוב כל פרק ופרק

למעשה-למה אנחנו מבקשים לילד להתפלל? כי אנחנו רוצים לעזור לו לקנות את התפילה כהרגל- נכס לחיים.

ולכן צריך זהירות רבה כדי שפעולות החינוך שלנו בקשר לתפילה אכן ישיגו את המטרה, ולא חלילה להפך.

אני מאמינה שאסור להכריח בכלל כל דבר בנושא תפילה,

וצריך מאד לכבד את הפרטיות של הילד בנושא,

זאת אומרת- בבית אני מראה דוגמא אישית איך מתפללים באיזה צורה, מלמדת את הילדים שתפילה היא

עמידה לפני מלך ולכן לא מתעסקים וכו'- אבל לא עוקבת מה הם עושים בפועל.

צריך להיות מאד קשובים ליכולת של הילד להתפלל בצורה מיטבית. עדיף שיתפלל מעט פחות ממה שיכול,

אבל יעשה את זה בחשק ובחיבור,

ללמד אותם להעריך כל תפילה וכל פרק- ואת הכונה והרצון, גם אם למשך זמן קצר, או פחות ממה שהינו מצפים מהם...

חשוב גם מאד- במיוחד עם ילדים שקשה להם בתפילה- ללמד אותם מהם החלקים החשובים בתפילה,

על מה מותר לפעמים לדלג,

איך אפשר לחלק את התפילה שתהיה קלה יותר (בתור ילדה לא ידעתי שאפשר להפריד את ברכות השחר מהתפילה!)

בגיל ילדות כן חשוב מאד לחנך וללמד לתפילה בזמנה, לתזכר בימי חופש וכו' כדי לעזור לילד לקנות

את זה כהרגל.,

אבל החל מגיל ההתבגרות זה כבר ממש חשוב להרפות, ולשים לב מתי אפילו תזכורת לזמן שקיעה היא כבר

יותר מידי (לא אצל כל ילד, כמובן! ברוך השם ילדים רבים שמחים ומחוברים ותזכורת על תפילה לא עושה להם

שום דבר רע).

מדהים שירה!

הגדרת היטב ובפרוטרוט!

אשמח לשתף!:

.....

למיכל,

שמעתי את ההרצאה שלך של ה 13 דקות... (על חמצן הנפש – כאן <<)

אני מכירה בת משפחה שגם חונכה בצורה שכל מה שהיא עושה זה טוב, והיא מלאך מעצם היותה,

יהוא טובה מעצם ההווייה שלה, - ולא משנה מה היא עושה ...

אבל, האישה מנותקת מהמציאות!! מהללת את עצמה בלי קשר למעשים שלה!! זה עצוב לראות...

שלום אלישבע יקרה,

אהבת אם שמעניקה את חמצן הנפש - היא רק הבסיס
אבל היא לא נשאר שם.

יש לה המשך - "אהבת אב" - שזה אמון שמצמיח

אבל :

זוהי נקודה מאד עדינה

כי - מי שבאמת מחובר לטוב שבו מעצם היותו

לא מסוגל להתנהג הפוך מכך

הוא פשוט לא כזה. הוא מחובר באמת לטוב.

וכשאת מתארת מישהי שכאילו מרגישה שהיא תמיד טובה

זה לא באמת

זו לא חווייה קיומית מהותית

להיפך. היא מרגישה רשעית עמוק עמוק בתוך ליבה

היא רק מנסה איכשהו להחזיק את עצמה

כי אחרת היא לא תיהיה יציבה בעליל

(כי אדם שלא מרגיש טוב ושווה באופן מוחלט, עלול לאבד את שפיות דעתו)

אדם כזה, אולי גידלו אותו עם אמון (שזו 'אהבת אב')

אבל בלי הבסיס, ואז הוא לא מרגיש טוב בעצם היותו

היא מרגישה תלויה - "אם אני מצליחה - משמע אני טובה"

(ז"א שהיא חשה ערך מותנה, שזה מאד מסוכן, כאשר היא נכשלת)

אז היא לא באמת מאמינה להם שהיא טובה

היא רק מדקלמת את זה ומנסה לשכנע את עצמה שהיא כך.

כי זוהי ממש משוואה:

מי שמרגיש טוב (בעומק התודעה שלו) - הוא זה שמתנהג כך באמת

ואילו לפי התיאור שלך

היא היתה זקוקה לחמלה ולהבנה על הקושי שלה

על כך שהיא לא מחוברת

ולא נעשה שם חיבור אמיתי

ולכן היא ממש מנותקת לגמרי מעצמה ומהטוב שזו נשמתה.

רפואה עבודה, היא רק חמלה אמיתית על המקום הנוראי שבו היא נמצאת
ובד"כ, היא מקבלת את ההיפך, כי כולם סובלים ממנה.
אז היא מקבלת שדר מהעולם שהיא באמת רעה בתוך תוכה
ואין לה שום בסיס של טוב.
מאד מאד עצוב.

מיכל המסרים שלך מהממים מחזקים ומעצימים

תודה רבה לך על כל מייל שאת שולחת
אבל כשאת אומרת לא לתת מתנות על התנהגות טובה
זה אומר שלא לעשות מבצעים? כי לפעמים ילד צריך את הפוש הזה ואת העידוד
נגיד הבת שלי בד"כ מקשיבה לי בבוקר כשצריך להתארגן מהר וגם אותו דבר בערב אבל היא עושה את זה נורא
לאט ואם אני מזרזת אותה הכל יכול להתפוצץ והיא מתעצבנת וכועסת ועושה לי דווקא
אז עשיתי לה מבצע
זה נכון או לא?

שאלה מצוינת מוריה יקרה:

מבצע זה דבר שצריך לעשות במינונים קטנים ולא כדרך חיים

ובמיוחד לא כהתניה לטוב של הילד ולהיותו ראוי למתנה (שבעיקר על זה דיברתי)

מתי זה כן מתאים?

כשרוצים קצת להכניס להרגלים חדשים וצריך מעט דרבון ועידוד
ועדין,

כאשר אנחנו רואים שיש קושי אמיתי

אז צריך לבחון יותר לעומק

מה הקושי? האם יש לו מניע?

ולתת חמלה והבנה, עם פיתוח אמון

(המון הצלחה:)

תגובה על דבריו של הרב שטיינמן זצ"ל:

למיכל,

זה נכון... אבל מאד קשה 'לא לראות':

הרבה פעמים הילד יודע שראינו

לפעמים יש מעשים שיש להם תוצאות מאד מעשיות בשטח (מים על הרצפה לדוגמא, סימן של נשיכה על הילד
השני;)

וגם הרבה פעמים ילדים מלשינים אחד על השני
כמה שאני אומרת -שלא לספר על אחרים ושכל אחד יהיה אחראי לעצמו
בכל זאת הם מספרים (אם הילד לא שומע אני בהחלט מתעלמת, וגם אם הוא נמצא אם זה משהו שלא מחייב
תגובה אני עונה שאני מבקשת לא להגיד על השני)
אבל גם בעיקר כי לרוב זה נוגע אליהם ושם אני כן אומרת להגיד לי
אם אח הרביץ / דיבר אליהם לא יפה
ותכלס זה רוב המעשים הלא טובים שלהם ביום יום
אה וכל המעשים של חוסר כיבוד הורים- לא מקשיבים / עונים לא יפה- גם לזה לא להגיב???? הרי זה נעשה
מולנו.

תמר יקרה,

במה שרק אפשר - העלימי עין

אמנם,

כשמישהו אחר סובל מזה - צריך לבדוק לגופו של ענין
וחשוב מאד לתת חוסן פנימי לסובל (שזה **הבנה לכאב**)
במקרים רבים, הריב הוא כדי ש'אמא תראה אותנו' וכו'
ומנגד: טפחי: אמון. טוב. הערכה וחיפוש של המעלות!

וואו מיכל, איזה חזק!

אני תמיד אומרת לילד שקשה לו לברך- אז אל תאכל
ה' נתן לנו כזה שפע. כל מה שהוא מבקש ממנו זה שנגיד לו תודה- אין לך כוח להגיד תודה- אז אל תהנה
מהאוכל
אולי זה נכון להגיד ככה לילד בדור השפע שלנו, שרגיל לקבל הכל על מגש של כסף, בלי להעריך ולהכיר טובה
אבל באמת זה חייב להגיע יחד עם הבנה על מה יושב הקושי

שושי יקרה,

באיזה גיל הילד?

עם ילד קטן, כדאי לברך במקומו

לא כדאי להשאיר אותו עם תחושה שהוא כפוי טובה או לא בסדר
גם לנו לפעמים אין כח למשהו מסוים (נניח להתכוון בתפילה)
כדאי לקבל ולהבין ולסלוח קצת
כי אז אין ריאקציה והתנגדות להבא
מה את אומרת?

עד גיל 5 בערך, אני אומרת להם שהם קטנים עדיין, אז הם לא צריכים לברך

זה קורה לכל אחד כמה פעמים, עד שלמדו שלברך זה תנאי מאוד ברור אצלינו והם כבר לא מנסים שוב להתחמק.

לכן אמרתי שזה כל כך נכון להקשיב לקושי ולעזור לילד להתמודד מולו כדי לא לעורר התנגדות- כמו שאמרת

שושי יקרה,

אני לא רב ולא פוסק:

אבל שמעתי וכך אני גם עושה שנים רבות

מברכת עם / במקום ילדים קטנים

ואין כזה מצב שאין ברכה

(מגיל מסוים כמובן)

ואז, במשך הזמן:

הילדים מתרגלים שתמיד מברכים

וגם אם הם לא מברכים עדיין

אז אמא מברכת בשבילם

ובאיזשהו שלב, אוטומאטית זה עובר אליהם

זה כבר נכנס לתת מודע

זה הופך להרגל מאד ברור

מה דעתך?

שווה לנסות

אבל בעצם חשבתי שאם לוקחים מהילד את האחריות, הוא נוטש אותה

איך להשאר עם האחריות על הילד, ובכל אופן להרגיל אותו ככה?

תראי, זה ממש רק בגיל הקטן ,

כמובן משתנה בין ילד לילד... (אולי בין 2-4, אולי פחות, כבר לא זוכרת בדיוק:))

ראיתי שזה עובד פלאים, ללא יוצא מן הכלל!

זה ממש רק לעזור להם לקנות הרגל

לגיל הקטן הזה, לברך ברכה, זה אולי כמו אצלנו תפילת שמו"ע 😊

ועד כמה שזכור לי, זה לקח אולי כמה שבועות

אבל לא זוכרת בדיוק כמה באמת...

זה נקרא שהם ב"התלמדות"

זה לא לקחת להם את האחריות

הם עדיין בסטז':)

תודה מיכל,

חייבת לשתף אותך לגבי החופש אם את זוכרת דיברתי איתך על הנושא הזה ועל נושא התפילה של הילדים שלי, חייבת לספר לך שלא עברתי אף פעם חופש כזה רגוע עם הילדים שלי,

בנושא התפילה ביום הראשון אמרתי לבן הגדול שלי שהולכים להתפלל יחד אז הוא אמר לי שהוא לא רוצה, אמרתי לו מה שאת אמרת לי שזה לא חייב והוא יכול לשבת לידי ורק להקשיב, וזה מה שהוא עשה,

יום למחרת הוא קם בבוקר ואומר לי שהוא רוצה להתפלל! נכנס לחדר עם ם הסידור והתפלל ככ, במתיקות, וכך כל יום הוא לא ויתר וכל יום רצה להתפלל! דבר שלא היה לי בכלל בחופשים הקודמים!! היו ימים שישבנו יחד והיו ימים שהתפלל לבד, בקיצור היה מדהים,

ראיתי איך אפשר בשינוי גישה פשוט לשנות עולמות!

וואוו מלי, איזה מרגשת שאת 😊

את נותנת כח במשובים האלו!

תמשיכי ככה עם המון נחת בעז"ה!

.....

ולמי שעדיין לא ערכה איתי היכרות, באוי נעשה זאת כעת:

נעים להכיר 😊 **שמי מיכל וילמן** - מפתחת שיטת "חמצן הנפש"

מומחית לילדים רגישים ולמתבגרים צעירים.

עורכת סדרת התוכניות וההדרכות "המסע להורות מחוברת", המעבירה לאימהות כלי טורבו ישימים ופרקטיים לשינוי אמיתי בבית, בשיטת טיפול שורשית ומיוחדת המזינה את יסודות הנפש.

מה אני יכולה לספר על עצמי?

אמא לנשואים ומתבגרים וגם סבתא לנכדים מתוקים.

אנושית, ומאד אכפתית. מחוברת לאימהות שאני כותבת להן, אלו שבקשר איתי, שלומדות תכנים שלי ועוד.

אני מקבלת ומעריכה כל אמא, על מה שהיא ואת מה שהיא מביאה.

כמו כולן, מתמודדת עם אתגרי החיים השונים, למדתי במשך השנים להקשיב לעצמי, לתת מקום, להכיל.

כאמא למתבגרים: למדתי לשחרר יותר כשצריך, לאהוב ולקבל יותר.

ואת התובנות והנסיון שלי, אני מעבירה הלאה לאימהות.

בהדרכת הורים וצוותות, אני חשה שליחות לסייע לנשים לאהוב את עצמן ואת

הילדים שלהן, לגעת במקום הפנימי שעוזר להן לקבל את עצמן ואת ילדיהן

עם אהבה וחמלה, עם הערכת אין קץ לתפארת הנשמה שלהן ושל ילדיהן.



כשאמא מספרת לי על הצלחתה לראות בילד את הטוב, איך שהוא מתרכז ושמערכת היחסים שלהם חמה ומקבלת יותר, זהו בונוס עצום בשבילי!
חשוב להבין, שכאשר אנחנו מחזקים את כוח אהבה שבליבנו, קודם כל לעצמנו ואח"כ לזולתנו נוכל משם להגיע באמת לאהבת ד', א"א לדלג על זה!
מאחר וכל הכוחות הללו של אהבה, אמון-אמונה וחמלה, הינם כוחות עמוקים בנפש, וללא שנבסס אותם בלב, לא נוכל להגיע לאמונה ואהבת ד' אמיתית.

אני מאחלת לכל האימהות:
המון עוצמה פנימית, יציבות וקשב
ומהמקום הזה:
התנהלות איכותית, חמה ואוהבת בבית
ובמיוחד, עם הילדים הרגישים שלכן!

... אין כמו המלצות מהשטח

(אספתי לכאן מדגם:)

מוזמנת לקרוא

(השמות בדויים והפרטים טושטשו)

תודה מיכל!
חייבת לכתוב כמה מילים על התהליך שעברתי אצלך,

מסכימה שתפרסמי;
דבר ראשון בכלליות נהנית מכל רגע איתך, ההקשבה שלך היא נדירה, כושר ההכלה האמפתיה מדהימים!
אני לא האמנתי שבזמן כה קצר אני יעבור תהליך כ"כ מיוחד, מעצים, מקרב ומחבר,
אני **למדתי הרבה קורסים של הנחיית הורים, אבל בפגישות איתך קיבלתי חיבור !!! לעצמי! להקב"ה! לבעלי! ולילדים!!**
שהם בעיניי יותר חשובים מידע! בנושאים כמו סמכות, גבולות וכו' כי דבר ראשון צריך לשים את התשתיות ועל זה ניתן להתקדם.
התרגילים כ"כ ישימים וכיפיים והצורה שאת מציעה לעשות אותם היא כ"כ מכבדת בצורה לא מלחיצה ולא מחייבת אלא רק כהמלצה וזה נתן לי את המוטיבציה לעשות ולהתקדם.
אני רוצה להמליץ לכל אחת:
אם את רוצה ללכת לקורס של הנחיית הורים **התחילי עם מיכל וילמן, בעיניי זה הבסיס** בשביל לאהוב את עצמך ומתוך זה לאהוב את הילדים להתחבר אליהם ולהנות איתם!!
חני: צפת

אני רוצה לשתף אותך בתהליך שעברתי עם הילדים שלי
אם שמת לב אני משוגעת על ידע
רוכשת אותו בכל הזדמנות אפשרית (וגם שלא ;)
כך שיצא לי ללמוד הרבה מפה ומשם על חינוך והורות.
תקופה אני עוקבת אחריו (קידומי המכירות שלי משגשג אך אינו זוכה לתשומת לב
אבל את בין הבודדות שמגיעות לראשי שלי ואני משתדלת לקרוא):
מיכל את אישה מדהימה ומיוחדת-השראה בשבילי לחינוך יהודי.
כשראיתי את הקורס הקצר הראשון שהוצאת

רכשתי מיד והוקסמתי.
החומר ממש התחבר לי עם דברים שלמדתי,
תוכן עמוק ושורשי שמטפל מהשורש.
את התכנית הבאה שלך
לא פיספסתי למרות הלחץ שהיה לי
ואני כל כך שמחה שעשיתי את זה!!!
ברוב הקורסים מדברים איתנו על התכלס.
הרי זה מה שאנשים רוצים לשמוע, לא?
1.2.3... נו, תגידי לי מה לעשות.
מהי דרך החינוך, יצירת משמעת וכו'
וזה באמת חשוב וחייבים ללמוד את זה

אבל יש משהו עמוק מזה

אולי בדורות קודמים לא היה צורך ללמוד את זה
הוא היה מושרש בהם. רואים את זה בגדולי ישראל.
נפשות האנשים והילדים היו חזקות יותר
(הרי אנחנו בדור של 'גלות הנפש')
בדור שלנו- זו חובה והצלה לנפשות ונשמות הילדים!
מיכל, לקחת אותי למסע פנימי של אהבה והערכה
לימדת אותי להכיל מהמקום הכי אמיתי
זה הרבה לפני התכלס
זה תהליך עמוק ושורשי שכל אמא חייבת לעשות!
והתוצאות- זה יפיפה!
היום יש לי יכולת לרדת אל הילדים הרבה יותר.
להכיל גם בהתפרצות
לראות את הנשמה ולא את החיצונית
אני מרגישה אמא אחרת והחיבור והאהבה שלי אל הילדים גדל
באמת שאין לי מילים.
מלבד זאת, את נעימה כל כך
והליווי שלך מיוחד ומסור
והייתי בהרבה קורסים ותכניות
לא הרבה נמצאות איתך כך במסירות.
כבר אמרתי לך, שזה לא הגיוני לכל הטוב שאת נותנת (:
ממליצה לכל חברותי בחום!!!

רחלי. ירושלים

תודה מיכל, קיבלתי הרבה כלים ותובנות!

זו ההזדמנות לספר לך כמה תועלת היתה לי;
הבת שלי בת 10, חכמה ורגישה בד"כ מתנהגת בסדר גמור ועושה הרבה נחת,
אך היתה לה בעיה שכאשר פגעו בה, אפילו בצורה מינימלית,
או שהרגישה שנעשה לה עוול היתה מתפרצת ללא פרופורציה...
הייתי ממש חסרת אונים וכל מה שניסיתי לעזור לה לא עזר.
עד שהגעתי אליך, ולימדת על ההכלה וההבנה, דברים שידעתי וביצעתי קודם
מן השפה ולחוץ אך ללא הועיל.
רק כשעשיתי זאת לפי ההוראות שלך, לשבת עם עצמי ולהיכנס לתוך הלב של הילדה
להבין לעומק מה היא חווה וכמה קשה לה, ומשם לדבר על השתתפות בצערה
והבנה לליבה, זה עזר פלאים!
ומה שלימדת אותנו להאמין שבכל יהודי יש נשמה מפוארת וטובה באמת,
וגם אם ההתנהגות קשה זו רק תחפושת חיצונית, הילד עצמו נשאר טוב וטהור,
את המסר הזה העברתי לה, **וראה זה פלא ההתפרצויות נעלמו כליל!**
תוך מספר שבועות של עבודה! נשארה לנו הילדה המתוקה והרגישה לאחרים כפי שהיתה תמיד!
יש כאן כמובן עבודה של האמא על עצמה, לתת לעצמה חמלה ואהבה ומשפטים של ערך של הנשמה שלה וכו',
כאשר האמא מלאה בזה הרבה יותר קל לה להעביר זאת באמת ללב הילד. אין לי מילים!
ה' ישלם שכרך, תמשיכי להיות שליחה להביא כל כך הרבה טוב לבתים הנאמנים להקב"ה

נועה. ירושלים

מיכל מדהימה!

הרגשתי שיפור מידי, משהו השתחרר ביחסים בינינו.

ובאורח פלא היום למחרת היה כל כך מקסים!
ועוד היינו בבידוד, וכל כך חששתי מהשעות הצפופות עם הילדה
בלי אוויר לנשימה... היא מאוד שואבת):
והיה מקסים ואפילו ממש נהייתי לשוחח איתה,
ולראות כמה היא חכמה ויצירתית.

ישבתי ולמדתי איתה למבחן - והיה ממש כיף וחוויה כל כך נהדרת.
הכל השתפר, הכל. אמנם חלפו רק יומיים ...
אבל אני מרגישה שמשהו משמעותי התרחש כאן בבית.
כל כך התחברתי לגישה. וכמה טיפים שאת נותנת...

**יש לנו עוד דרך לעבור, ואני מודה לה' ששלח לי את השליחה הטובה
לעזור, לגדל את הילדים נכון יותר, ולאהוב אותם הרבה יותר.**

תודה מעומק הלב

יעלי. פסגת זאב

מיכל יקרה, אביע מעט מרגשי ליבי והכרת הטוב העמוקה שלי אליך:
מוישי בני - כבן 12, העמיד אותי במבחנים כואבים ומתישים:

**בניגוד לאישיות העשירה והמקסימה שלו, הוא נקלע כמעט מדי יום
להתנהגויות מתריסות ומתנגדות..**

הוא היה צועק ובוכה בהסטריה בלי פרופורציה ו

מתנגד לכל בקשה בהתרסה ובחוצפה.

ואז הגעתי אליך, מלאך משמים!

ההקשבה שלך, ההבנה והקבלה היו בשבילי רטיות של צורי ומרפא.
חשתי לפתע שאין שום בעיה או מניעה, להביע את כל תחושותי הקשות,
תסכולי וגם חששותי בהתמודדות הזו.

... נתת מקום לכל רגש קשה או מחשבה מטרידה ובחיוך מאמין ומחזק
שיקפת לי את הקושי והכאב, המניעים והמחסומים.

אט אט התבהרה לי התמונה ממקום חזק וגבוה יותר ובזמן קצר כ"כ,
שינית לי במיומנות את המבט.

חשתי אמא אחרת, חזקה יותר ומבוהלת פחות. לראשונה

חשתי שהגעתי למקום הנכון, לתשובה המדויקת, היהודית כ"כ.

וזאת לאחר שניסיתי לפני כן - מס' שיטות אחרות, וללא הצלחה.
שבתי הביתה עם תקווה ותפילה לשינוי מבורך.

באותו ערב, מוישי נשכב על הרצפה בהתקפת זעם מוכרת,
וחסם לי בכח את הדרך להכין ארוחה.

הרגשתי חזקה וברורה יותר, פחות חסרת אונים..

**להפתעתי: הוא קם, רגוע ומבויש... נדהמתי! חסרת אמון למול מה שקרה!
מוישי ממשיך להפתיע אותנו, הוא מחייך יותר והקשר בינינו מתחזק לבלי הכר.**

אני חושפת את סיפורי הכואב - מתוך תחושת שליחות כדי שעוד אמהות
תזכינה לגלות את הפלא הזה, המגע הישיר מלב של אמא:

אמיתי ורגוע לילד כאוב שכ"כ זקוק לעוד חום וקשר.

אני מברכת אותך שתזכי להביא אור לעוד הרבה ילדים ואימהות!
נאוה. בני ברק

להמלצות אלו ונוספות - לחצי כאן:

[נעים להכיר - מיכל וילמן](#)

.....
לקורס הבייסיק: "אימהות מגדלת" ולסילבוס -
[לחצי כאן](#)

.....
את לא מוותרת להיות 'האמא שתמיד חלמת'?
בואי ל"מפגש צומת"

.....
[לקבלת טיפים ומתנות בהורות - לחצי כאן](#)

אמא אהובה:

גם לך יש שאלה או התלבטות על הילד שלך?

את מוזמנת להתקשר אלי לשיחת הכוונה קצרה ללא עלות

לטל. 050-4102924

או שלחי לי מייל: michal@vil-man.com

[להתחברות לקבלת טיפים ומתנות בהורות לחצי כאן](#)

מאחזת לך האון נחת מכל ילדיך

עם פסוקים ופסוקים ופסוקים

מיכל

