

## חוקים וגבולות

אנחנו היום, מבחינה חברתית, בקריסה של החלום המתירני. מחנכים חשבו שאהבה וחברות תעשה את עבודת החינוך, והרעיון קרס. ילדים שגדלו באווירה של חוסר גבולות ומתירנות מגלים היום הפרעות התנהגות (ראו מה קורה בחטיבות הביניים בארץ) ונוסף לזה יש להם דימוי עצמי נמוך יותר מאשר לילדים שגדלים בתוך גבולות ושמרנות. חשבנו לגדל ילדים יותר סקרנים, יותר שובבים, פחות בתלם – אך הם גדלו עם דימוי עצמי נמוך יותר. פה הכשל. אנחנו זקוקים לשקם את הסמכות ההורית ע"י נוכחות ההורה בחינוך והפעלת סמכותית.

היום אדבר על אחת התופעות השכיחות ביותר במשפחה המודרנית והיא הגבולות. או נכון יותר יהיה להגיד – חוסר הגבולות.

תלונות שכיחות של הורים הן שהילד לא נשמע להם, שהוא בוכה כשאני מקבל את מה שביקש, שהוא מושך את זמן ההליכה לישון בערב, שהוא מתווכח ומנדנד כמעט על כל דבר, שצריך להסביר לו כל דבר שוב ושוב, שהוא מתיש את ההורים ושהוא "לא מחונך". חלק גדול מהתלונות האלה יכול היה להיפתר על ידי לימוד חוקים ושימת גבולות. חוקים זה דבר יבש.

הגבול הוא דבר גמיש ופרטי ואנחנו מזיזים אותו לפי האנשים שמולנו.

### למה הקושי בחוק ?

המושג חוק נתפס כנוגד את חופש הבחירה. לעיתים החוק מפריע לי ומגביל אותי: לעמוד לרגע עם הרכב על המדרכה, משרד ממשלתי שפתוח רק בימי ג' בין 10-12 ואני עובדת – אז זה מפריע לי ומגביל אותי. אבל יש חוקים ששומרים עלי – עושים סדר, כמו תשלום לעירייה לפינוי זבל, אבל לעיתים בדמוקרטיה יש תחושה שהחוק מפריע לי בחופש הבחירה.

רוב מבוגרי הדור שלנו וגם הורינו, גדלו באווירה סמכותית של הרבה מידי חוקים: לאכול תרד, לנשק את הדודה, לאכול בשעה מסוימת – הגבולות חמורות בכל מיני עניינים. גם בבית הספר, רוב המורות היו בוחנות ליד הלוח עם פנקסים שחורים, והעמידו בפניה עם הפנים לקיר. כלומר דור המבוגרים של היום, בעיני החוקים האלה לא רצויים ולכן הוא לא אוהב לעשות מה שאומרים לו. אבל מה הבעיה ? הדור הזה, אנו, שאינו אוהב את החוקים, לא נותן אופציה שונה. לא עושה אחרת, אלא נוהג באופן לא שיטתי. אין עקביות כי אין דבר ברור לעשות אחרת. אין דגם ואין את מי לשאול.

דמיינו שאתם גרים בקומה רביעית והגג, בקומה החמישית, שלכם. ואתם רוצים שהילד יוכל לשחק ולהתרועע בהנאה. מה תעשו? תבנו מעקה גבוה! זה גבול. הגבולות נועדו להגן עלינו. בתוך הגג המוגבל הילד יוכל להתרועע ולהנות. כשמגיעים לגבול בין שתי מדינות

עוונות, וכל מה שיש שם זה שלט אזהרה, לא גדר חשמלית ולא כלבים טורפים, האם תעברו? לא. אלא אם כן מישהו כאן הוא הרפתקן חסר תקנה ומבין את הסכנה שבדבר. אתם שלא עוברים, יודעים את משמעות הגבול ומצייתים לו מתוך בחירה.

דוגמא לחוסר גבול הינו המצב שקורה כאשר הרמזור מקולקל. נדחפים, צועקים, נתקעים, לא נותנים לעבור. לכן הרמזור חשוב. הרמזור גם שומר על כל אחד מאתנו. כשאני עוצרת, האחר יכול לעבור בביטחון. אלא אם אני פושעת ועוברת באור אדום ואז מסכנת את עצמי ואת הזולת.

קיימים חוקים אוניברסליים אשר החברה חוקקה. לא לגנוב, לא לרצוח, שמירה על כבוד האדם וחירותו, ואפילו לשלם מסים. אלו חוקים אשר חוקקו בחברה כדי להגן על האנשים שבתוכה. זו לא היתה שרירות לב של אדם זה או אחר, אלא צורך חברתי.

בבית, בחברה הדמוקרטית, אסור שתהייה אנרכיה. דמוקרטיה איננה אנרכיה. אתם ההורים ראש הממשלה ולכן יהיו חוקים וגבולות אשר אתם תמצאו לנכון להנהיג אצלכם במשפחה. חוקים שתקבעו מתוך הערכים החשובים לכם ולא מתוך שתלטנות לשמה. לא לאכול בסלון או לסדר את החדר הם דרישות שבאו מתוך מחשבה ולא כי "ככה אני אומרת". החוק הוא הרעיון והגבול הוא הביצוע: "אצלנו בבית לא יורדים בצהריים" זה גבול אשר הרעיון שמאחוריו, הערך, הוא התחשבות בזולת. "אצלנו כולם אוכלים יחד" זה גבול אשר הרעיון שמאחוריו הינו הערך של איחוד המשפחה. גם כשאתן לא רוצות לתת ביסקוויט נוסף או לא רוצות יותר מאשר שלושה חברים שישחקו יחד בבית – אלו גבולות אשר בבסיסם עומד רעיון שנראה לכן נכון ומתאים - לכם ולילדכם.

ולמה חשוב להקנות לילד גבולות? דמיינו ילד אשר מוכנס לחדר מלא צעצועים. גדולים וקטנים, צבעוניים ומגרים והם מפוזרים על כל רצפת החדר, אלא שלחדר הזה, שנמצא בקומה התשיעית, אין קירות. איפה לדעתכם הילד יישב? באמצע החדר. למה? כי חוסר הגבולות מפחיד אותו. הוא יישב במרכז ולא יזוז. הוא לא ילך לצעצועים הכי נהדרים שישנם בקצה כי הוא זקוק לגבולות כדי להרגיש חופשי. הוא לא יכול לסמוך על החופש המדומה שיש לו. הוא לא יהיה בטוח עד איפה הוא יכול ללכת. ודמיינו את עצמכם נשענים על קיר שזז. ואיך ירגיש ילד אשר נשען על קיר והקיר זז? חוסר בטחון. הילד חייב להרגיש שיש על מה להישען, שהקיר חזק, שזה בטוח. שאפשר לסמוך עליו. שמהו תוחם אותו. וכאן נכנס התפקיד שלנו כהורים: לדעת להציב גבולות כדי ליצור אצל הילד תחושת בטחון.

### החופש קיים בתוך הגבולות.

אדם מבוגר חסר גבולות הוא זה אשר יפגוש אדם זר ויתקרב אליו מידי, יחדור לתוך השטח של האחר, יפלוש. אדם מבוגר חסר גבולות הוא זה אשר יאפשר לאחרים לפלוש לתוך המרחב שלו ואז יתלונן שאין לו פרטיות ושהוא אינו מתקבל בכבוד. הגבול מגדיר

טריטוריות של אנשים או קבוצות. אם למישהו יש גבולות אז הוא יודע מה מותר ומה אסור ואיפה. בביתי אפתח מקרר ובבית זר לא. אני פוגשת אדם זר, אם יש לי גבולות אני יודעת עד איפה וכמה להיכנס לטריטוריה שלו ועד איפה וכמה לתת לו להיכנס לטריטוריה שלי. מצב של גבולות פרוצים או חוסר גבולות קוריה כאשר אין תיחום בין גבולות של אנשים. החוק המשותף והגבול התרבותי עוזר לשמור אותי כפי שישמור על האחר.

להורינו לא היה קושי להעמיד לנו גבולות כי הם לא חשבו על יחסים. הם לא רצו להיות חברים שלנו, של הילדים שלהם, ולכן לא חששו להיות לא נחמדים. הסמכות שלהם, בעיניהם, באה מתוך תפקידם כהורים. היום, אנחנו מאד רוצים להיות החברים של הילדים שלנו ומתוך כך מקווים לשמור על יחסים חבריים ולהיות נחמדים, אבל שוכחים שהתפקיד שלנו כהורים הוא להכין את הילד לחיים. לתת לו, בקטן, את הכלים להתמודד עם החיים שמחוץ למשפחה.

הרבה פעמים נשמע טיעון של הורים: מה אתם רוצים מהילדים? אנחנו חיים במדינה קשה מספיק אז למה להקשות על הילדים כבר בגיל צעיר כל כך? כשהם יגיעו לצבא הם כבר ילמדו חוקים. אז מה אם הוא התחצף? ומה אם הוא העתיק? ומה אם הוא מתעקש על כל דבר? ובינתיים מגדלים ילד בלי גבולות. ילד לא שבע רצון. ילד מתלונן. ילד מתחצף. ילד מתאכזב. ילד שחושב שמגיע לו הכל כי לא תחמו אותו ולא אמרו לו "לא" והוא לא יודע גבולות. והבעיות לא מחכות עד הצבא אלא קורות הרבה קודם. כשאין גבולות בבית זה לא בגלל שהילד לא יודע לשמור על גבולות, אלא מפני שההורה לא מציב גבולות. והקושי שבהצבת הגבולות הוא בזה שבעצם ההורה מציב לעצמו גבול עליו הוא חייב לעמוד עם ילדיו.

אתן לכם דוגמה: כשהבת הקטנה מבקשת במבה לפני ארוחת הערב. נותנים לה כמות קטנה ואומרים "אבל זה הכל. אל תבקשי יותר כי את יודעת שעוד מעט אוכלים ארוחת ערב". בדרך כלל, הילדה תבוא..... ותבקש עוד. ואז תגידו: "אבל אמרתי לך שלא אתן לך עוד". והיא מבקשת "רק עוד קצת" ואומרים לה "אבל אמרתי לך שלא". והיא מבקשת "רק היום", ואומרים לה "כל פעם את עושה את זה" והיא מבקשת "בפעם האחרונה....." ואולי גם בוכה ואומללה לחלוטין, ואתן נותנות. מי שם גבול בהתחלה? מי אמר "לא"? אמא. מי לא עמד בו? אמא. ולמה הילדה נידנדה ונידנדה? כי ידעה שזה יעבוד. כי ידעה שאמא אמנם אומרת אבל לא עומדת במה שהיא עצמה קבעה.

הורים נוטים לרחם על הילדים, כמו שאמרתי קודם, ולכן מוותרים. בואו נראה את התוצאות של הווייתור, והתוצאות הן לטווח הקצר ולטווח הארוך. לטווח הקצר, הילדה שקיבלה את הבמבה מרגישה מצוין. היא ניצחה וקיבלה את מה שרצתה. מאושרת לרגע. והאמא מרגישה מצוין כי הרגישה שהיא אמא טובה. ולטווח הארוך הילדה למדה שחוק וגבול

זה דבר שלא צריך לכבד ולשמור ושמילה של אמא היא לא ממש מילה. ואם נרצה להקצין, נגיע לילדים שמפריעים בכיתה ולמבוגרים שלא עוצרים באור אדום.

ואם נניח והאם לא היתה מוותרת והיתה אומרת "אני יודעת שאת נורא רוצה עכשיו במבה ואני רואה שאת עצובה, אבל חשוב יותר שתוכלי את ארוחת הערב ובגלל זה אני לא אתן לך עוד" אז לטווח הקצר הילדה היתה ממש לא שבעת רצון וזה היה נמשך בערך חמש דקות, אבל לטווח הארוך לימדנו את הילדה להיות בן אדם, לשמור על החוק, לכבד את אמא, כי אמא עכשיו נתפסת כאדם לא הפכפך אלא שמילה שלה זו מילה. והילדה הזו גם תפסיק לנדנד, כי היא יודעת שאמא עומדת על מה שאמרה ושנידנד לא עוזר במקרה הזה.

אנחנו ההורים אחראים למעשי ילדינו ולכן, מכיוון שאנחנו נותנים את הדין, אנחנו נשים גבולות. זו האחריות שלנו לחנך אותם. יש דמוקרטיה אבל אני ראש המשלה. בבית הדמוקרטיה נמדדת בכך שנקשיב לצרכים של הילדים אבל נקבע מדיניות כפי שזה נראה לנו נכון. במשפחה אוטוקרטית הילד נצטווה לציית כי "ככה אני אומר לך" במשפחה הדמוקרטית הילד מצטווה לציית כי "בוא ואסביר לך למה זה חשוב".

טועים לחשוב שגבולות יגרמו עצב וסבל לילדים. להפך. הילדים מתחננים לגבולות. בלי גבולות הם מבולבלים, מוטעים ונתונים לשרירות הלב של אמא או של אבא. והתנהגות שרירות של ההורים מותנת במצב הרוח המאוד שרירותי שלהם באותו רגע. הרי לפעמים אתם מוותרים על שעת שינה ולעיתים לא – תלוי אם אתם עייפים, עצבניים, צריכים לצאת בערב או לא. לעיתים אתם קונים צעצוע נוסף בקניון ולעיתים לא – תלוי כמה זמן כבר הסתובבתם ומהי רמת העייפות והעצבים שלכם. ומה לומד מזה הילד? הוא נחשף לחוסר עקביות ולחוסר נחישות ומתבלבל. הקיר זז כל הזמן. הדברים לא ברורים. הוא ינסה וינדנד ויבדוק כל פעם מחדש, כי לגבול אין גבולות. כי ההורה לא הציב אותו בנחישות ובעקביות. להורה הישראלי קשה לשים גבולות לילדיו. הישראלי אומר "פרייאר מי שבסדר" – ולא שם כרטיס חנייה ועוקף בתור, וזה מכיוון שאין כבוד לחוקים, כי מי שהולך "בדיוק" הוא הלא בסדר. ואת המחיר משלמים כולנו ברחובות, בכבישים, בחנויות, במקומות הבילוי ואבוי – גם בבית. והקושי אינו רק שלנו כהורים לילדים חסרי גבולות, הקושי האדיר הוא של הילדים. לילדים מאוד קשה לגדול בלי גבולות. הם כל הזמן חוצים טריטוריות ויורים עליהם אש חיה – אבל לא לימדו אותם אחרת.

אנחנו מוותרים ונכנעים מתוך אהבה. אנחנו עושים זאת מתוך הכוונות הכי טובות של הגנה, יחס, התחשבות בילד וברצונותיו, אבל אנחנו לא לוקחים בחשבון את הצורך שלו בגבול ואת הפרשנות שלו לדבר. הילדים יודעים שאמא ואבא אוהבים אותם. זה קיומי מבחינתם ואני גם מיעצת לכם להגיד להם את זה לפחות פעמיים ביום בנסיבות שונות, אבל כשאמא ואבא מוותרים הילד מבין שיש שם מקום פרוץ, מקום לא ברור במאה אחוז, מקום

שכדאי כל פעם לבדוק מחדש ולהעמיד למבחן המציאות. אין מקום לבדיקות בקבלת המורה לכתה א'. אין מקום לבדיקות בקצין שיהיה לו בצבא. אין מקום לבדיקות ונידונים ברמזור – שם יש מציאות שהאחריות שלנו היא להכין את הילד לקראתה כדי למנוע ממנו כאב לאורך חייו הבוגרים.

אין צורך בהרבה חוקים בבית. להפך, חוקים רבים מידי ונוקשים מידי עלולים לחנוק ולהקשות על בני הבית. ברגע שיש שניים שלושה חוקים חד משמעיים הילדים ילמדו את מהות הגבול וחשיבותו.

החוקים בבית הם בעצם סידרי הקבע בבית: מתי קמים, מה לובשים לכל אירוע, מתי מקבלים עוגה, מתי מזמינים חברים, כמה חברים באים כל פעם, מתי הולכים לישון, מקלחת לפני השינה, סיפור בערב ולא בבוקר, מתי יושבים לאכול, איך מדברים אל סבתא. כשסדרי קבע כאלה קיימים זה נוסך בילדים בטחון פנימי והפנמת הערך.

הרבה פעמים הורים מופתעים מכך שילדם מתנהג כל כך יפה בגן אבל מתפרע בבית. זה בגלל הגבולות. לגנות, או למורה, הסדר בכיתה והמשמעת הם הכרח המציאות ולכן לא קשה להעמיד אותם. הילדים קולטים זאת מהר מאד ואין בגן כמעט הפרעות משמעת והסדר נשמר. כשהם מוזמנים לשולחן הם מגיעים. כשהם מוזמנים לצאת לחצר הם יוצאים בלי התפרעות. כשיש הפעלה הם שקטים. כי הגנות היתה ברורה מאד.

דוגמה מצוינת לכושר הלמידה והתפיסה של הילדים במקרים כאלה הינו סיפור התינוק, בן תשעה חודשים, שהוריו התלוננו שאינו ישן בלילה והם נופלים מהרגליים והוא לא ישן כמו שצריך. נאמר להם, עם הסבר מפורט על איך וכמה, לא לקום אליו בלילה. ההורים החליטו שיעשו זאת בתורנות. לילה אחד האב יהיה קשוב ובלילה השני האם. האב הצליח לשמור על הגבול, הוציא לפועל את העצה שקיבלו ולא קם אל הילד, אבל לאם זה היה מאד קשה והיא המשיכה לקום אל הילד כל כמה שעות ולתת לו מה שרצה, ולקחת אותו על הידיים ודברים דומים. כעבור שבוע התינוק ישן לילה כן ולילה לא.

חוקים וגבולות צריכים להיות הגיוניים אחרת, בלי הבנת הרציונל שמאחוריהם, בני הבית יתקשו לשמור עליהם. "לפני השינה צריך להתקלח כי....", אמנם, בגיל צעיר כמו גיל ילדיכם שבגן עדיין אין לילדים אפשרות של הפנמת ערכים, כי עדיין אין לילדים חשיבה מופשטת או ערכית. חשיבה כזו, מתחילה בגיל תשע או עשר. הילדים ישמרו על החוקים כי הם מעוניינים ביחסים טובים אתכם. כשתהיו נחושים והילד יבין שכך זה עובד בבית, הוא לא ירצה להרגיז אתכם, לכן חינוך בדרכי נועם, באהבה, בשיתוף ובעידוד יביאו את הילד לידי כך שירצה לעשות מה שאמא או אבא אומרים לו. ערך וגבול שבאים מאהבה – יופנמו.

גבולות יש או אין. וגם כשיש – יש הבדלים. יש גבולות נוקשים ויש גבולות גמישים.

גבול נוקשה אינו המושג האדלריאני. דוגמא לגבול נוקשה הוא סיפור הזוג שרצה להינשא

והיה חייב לגור תקופה אצל הורי הבחורה. לבחור היה חתול ואמא של הבחורה אמרה "אצלנו הביתה לא יכנס חתול". הבחור הבטיח שהחתול יהיה סגור אצלם בחדר והאמא אמרה "אצלנו בבית לא סוגרים דלתות". הסיפור התפוצץ וכך גם החתונה. זו דוגמא לחוק קשה, נוקשה. לחוק שלא מותאם למצב. זו דוגמא לאישה שלא היה מוכנה להתגמש גם במחיר האושר של ביתה.

דוגמא לחוק גמיש הינו החוק שלא יורדים לשחק בצהרים. אז בגיל צעיר כך יהיה, אבל בגיל מבוגר יותר יורדים לחוג בשקט או הולכים לחבר. עדיין מקיימים את הערך אך בהתאמה. ואם בבית שלי יש חוקים שאין במשפחות אחרות, הילד מבין שאני שמה פה את הגבול, גם אם במשפחות אחרות לא.

גבולות צריך להעמיד בתקיפות אדיבה. בתקיפות כלפי הגבול ("אני") ובאדיבות כלפי הילד. כי גבולות המושמים בכעס נתפסים כעונש. אם הגעתי וסגרו את הקופה: 1. טרח. החלון נסגר 2. אני מצטערת, אבל אלו הנהלים. מחר אקבל אותך. הרבה יותר קל לקבל דחייה הנעשית בנחת.