

# אלת כפות זה מקצוע



מנהלת המרכז, הגב' אסתר מייזליש

לכל אם באשר היא, על פני השנה, מנה מרוכזת של כישורי הורות. מדי שבוע, ביום רביעי, יצפה לאמהות מהשעה תשע בבוקר עד שתיים בצהריים, סדר-יום גדוש ואינטנסיבי שבסיומו הן יוצאות עם גו זקוף ומוטיבציה גדולה לבאות.

תחילה מתרכזות האמהות להרצאה פותחת ומעשירה, מפי גורם מקצועי, באחד מנושאי ההורות, הבית או הזוגיות. לאחר ההרצאה, הן נחלקות לקבוצות לפי קורסים שונים: העשרת נישואין, מודעות עצמית דרך אמנות, המשפחה הרב-דורית ועוד. השלב הבא והמסכם ניתן במפגשי גיבוש המועברים על-ידי מנחות הורים מוסמכות ובעלות וותק. המפגשים הללו מספקים דינמיקה קבוצתית, פעילות והתנסות משותפת בתחומי ההורות השונים.

"כשנרשמתי ללימודי ההורות, במרכז ההשתלמויות במכללת בית רבקה, חשבתי לעצמי, מה כבר אלמד שם? האם יש דברים שהם יכולים לחדש לי? מה פשר המילים 'בית ספר להורות'? הורות היא דבר טבעי ומובן מאליו שכולנו מגיעות אליו עם הידע שרכשנו במהלך חיינו ועם נסיון החיים שליווה אותנו עד כה.

"לאחר חצי שנה של לימודים, אני יכולה להגיד בוודאות מוחלטת, שיש הרבה מה ללמוד בנושא חשוב זה. כל שבוע אנו נפגשות, בקבוצה ייחודית וביתית, אנו מעלות בעיות ונושאים שונים בגידול ילדים. דבר ראשון שמעודד אותי הוא לראות ולשמוע שכולנו, פחות או יותר, נתקלות באותן בעיות. שיעורי הבית הניתנים לנו הם שיעורים ליישום, כל אחת בביתה היא. כל אחת לוקחת איתה את הרעיונות הרלוונטיים והמתאימים ביותר לה ולבני משפחתה, ואת התוצאות מרגישים כבר בשטח".

הדברים הללו, הנרשמים מפי זיוה, אם לחמישה, לאחר חצי שנה ב'מרכז החסידי להורות ולמשפחה' של בית רבקה, פותחים צוהר אל הנעשה בין כותלי המרכז והמגמות הפועלות במסגרתו.

מדי יום רביעי פוקדות את מרכז ההשתלמויות במכללה עשרות אמהות. בעיניהן לא נועד היום הזה לרכישת תואר או השכלה. הייעוד שהן רואות ללימודים הללו מתבטא ברצון כן להאיר, להחכים ולחדש את המקצוע הגדול של חייהן: אמהות. זהו, למעשה, בית-ספר חד-שבועי המעניק

מדי שבוע נוהרות אל מרכז ההשתלמויות של בית רבקה עשרות רבות של אמהות מכל רחבי הארץ • את פניהן מקדם המרכז החסידי להורות ולמשפחה על שתי זרועותיו: בית ספר להורים ומכון להכשרת מנחות • שיחה כאלפת עם מנהלת המרכז, הגב' אסתר מייזליש, ומונולוגים מפי שורה של תלמידות בעבר ובהווה, מגלה מדוע יום רביעי הוא היום המאושר בשבוע שלהן • וגם: 'יוה"ח' זה על שום מה?



זאת השעה בה שוטחות האמהות את בעיותיהן האישיות באשר הן, שומעות את הגיגיהן ותחושותיהן של יתר האמהות ביחס לבעיות הללו ומקבלות את ההנחה המקצועית לפעולה בהתגלע אותן בעיות בעתיד.

"המאפיין הייחודי של קורס ההורות", אומרת הגב' אסתר מייזליש, המנהלת את המרכז החסידי להורות ומשפחה, "הוא בהיותו כלי גיבוש נפלא. האמהות מקשיבות זו לזו, מבינות ומזדהות עם בעיות. ומתוך הריכוז הזה, מתחוללים פלאים. לא אחת, אנו מביטות בינינו לבין עצמנו, על אמהות שסיימו את שנת הלימודים ואנו מגלות אמהות אחרות לחלוטין מאלו שהופיעו בשערי בית רבקה, ביום הראשון".

השוני הזה, לדבריה, מוצא לעצמו שורה של ביטויים בכל מעגלי האמהות כמו האיטיות העצמית של האם-התלמידה. "בסוף השנה, ניצבת לפנינו אם בוטחת ובוטחה, מנווטת באמונה, אוהבת את עצמה ולא חשה או נושאת רגשי אשמה מיותרים, חדורה במסרים פנימיים ואיכותיים של הורות חסידית בעלת תובנות והדגשים בכל אחד ממעגלי החיים".

## שיטה אחת, שלושה כלים

"שנה זו עשתה בי חריש עמוק. הפנמתי מסרים ושינתי דברים. שיפתי מודעות וקבלה עצמית, עבודתי רבות על יחסי הקירבה במשפחה. עשיתי שימוש ב'יוח"ח' וראיתי נפלאות".

"שיטת ה'יוח"ח' של גב' מייזליש פתחה בפניי צוהר חדש לעבודה עם עצמי ועם המשפחה".

"כל שעה הייתה נמדדת בשיטתך ונתינה, אמפתיה, שייכות, אהבה, אוירה וביקורת בונה, 'יוח"ח' עוזר ונעזר".

הציטוטים הללו הם אחדים מתוך גלרייה של מכתבים וחיבורים, שנולדו במרכז להורות ומשפחה ורואים אור, מפעם לפעם, באסופה אותנטית שהעניקה לעצמה את השם הקולע, 'במשפחת האמהות'.

שם הקוד החבוי בין המשפטים האמורים, רומז לגולת הכותרת של תרומת הקורס להורות. כל אם באשר היא נחשפת לשיטה ייחודית, פרי יצירתה ורוחה של הגב' מייזליש, אשר רתמה לשם כך את עובדת היותה פסיכולוגית נודעת ובעלת-שם ואת הניסיון עתיר השנים שצברה בתחום.

'יוח"ח'. זה שם הקוד של השיטה. אלו הן ראשי תיבות שמקפלים הוויה הורית מרתקת שמציעה את כל מי שבקיא בה לפסגות חדשות.

השיטה נשענת ביסודה על שתי נישות חסידיות שעד כה נחשבות היו לפתגמים ומעטה הופכות לדרך חיים: קריאת אדמו"ר הזקן, שקיבלה חיות ודגש מיוחד בדברי הרבי,

על כל אירוע אחר שבו הוא נתקל. "המודל השני הוא חשיפה. בחב"ד החשיפה היא עצומה. בחור בן 13 ויום אחד, כבר ניצב בקרן רחוב ומציע לעוברים והשבים להניח תפילין. מבלי לדעת מה יעלה בגורלו, הוא נחשף. הרבי מדבר על חשיפה לאות ברית של הקב"ה כבר בגיל שמונה ימים. מאז שהתינוק יוצא מרחם אמו, הוא חשוף. החשיפה הזאת הולכת ונהיית משמעותית ככל שנוקפים הימים. על האם להיות מודעת לחשיפה הזאת, ללוות אותה ולגרום לילד להתמודד עמה בבטחה. האתגר הוא לא רק להיות מודעת אלא גם ליזום חשיפה שלו, בהתאם להתפתחות הכרונולוגית שלו ובד בבד לדעת את גבולותיה.

"המודל השלישי המשלים את השיטה הוא החידוד. אי אפשר בכל סיטואציה לשבת ולהרצות. החכמה היא להשתמש באמירות קצרות שמשנות את התפיסה. בשפה המקצועית זה נקרא רפרמינג. מודל הזה נכנסת, בכל עוצמתה, הקריאה לחיות עם הזמן. בקבוצות, אנו משתדלות למצוא משפט מפרשת השבוע שישמש כמסר, כלקח מאלף. אמירה אחת של אמא משנה את המבט של הילד ומובילה אותו למחוז חדש. במרוצת השנה, במהלך הלימוד של השיטה וההתנסות

'לחיות עם הזמן' ואמרת הבעש"ט לפיה כל מה שאדם רואה או שומע, עליו ללמוד ממנו דרך בעבודת ה'.

שתי הנישות הללו מתמזגות לשני מעגלים של זמן: ההתפתחות הכרונולוגית של הילד (בהתאם לכוחות השכל, כוחות הרגש, הנטיות ועוד) ואירועי הלוח היהודי והלוח הביתי. המגמה שאליה מובילה השיטה היא שכלל ששני הלוחות – ההתפתחות והאירוע – יהיו חופפים, ניתן יהיה לרתום אותם להצלחת החינוך.

שלושה הם הכלים שחיברה הגב' מייזליש כמודלים תקשורתיים ליישום השיטה: יוזמה, חשיפה וחידוד. ובקיצור: 'יוח"ח'. שלושת הכלים הללו אף הם נטועים עמוק בהוויה החסידית וממנה הם ניתנים לשימוש הזמין והנגיש של כל אם, בכל סיטואציה סביב מעגלי היום והשנה.

הגב' מייזליש: "ליזמה קראתי 'אבי מורי' או 'אמי מורת'. בסיטואציה המתאימה, לפי שני המעגלים, אני מוסרת לילד פרקי לימוד בהתאם ליכולת הקיבולת שלו. זה יכול לקרות בשולחן שבת או בכל אירוע אחר שמתרחש. אני אומרת לילד, בוא נדבר על זה. והשיחה הזאת מובילה ללימוד. כשם שמלמדים אותי את השימוש במכונת כביסה, אני מלמדת אותו

## 1 על סנת להטפיה

חנה, בוגרת קורס העשרת נישואין

הגעתי למרכז להורות ומשפחה בהמלצה חמימה של חברה, כבר מהמפגש הראשון הבנתי, כי בידי להעשיר את הזוגיות ולנתב את ההורות.

הגעתי הביתה גדושה, מצאתי עצמי מרצה: לבעל, לאמא, לאחות ולחברה, לכל מי שלשמוע רצה, וכמובן ממליצה על הקורס להורות ומשפחה.

בפעם השנייה, הגעתי עם שכנה. כל הדרך חזרה דיברה בהתרגשות גואה כשהיא מודה לי על בואה.

נעזרתי בתכני הקורס, כשבחורה אלי ניגשה להתיעץ האם להמשיך ולהיפגש? כשאחותי ממקום שליחותה בחו"ל אלי התקשרה הפתעתי בשאלון להכרת בן זוגה. בכל שיעור עם אחת מנשות הקהילה חזרתי על רעיון ודרכי פעולה והכול מהקורס להורות ומשפחה. וכמובן... התרומה החשובה ביותר לי, לבעלי ולילדים.

תודה על המפתח להבנה, להקלה ולקריאת השטח תודה על הצוהר להקשבה למתלונן ולנתינה לפי המקבל.

## 2 שנת שבתון

סרים מישולובין ואסתר ירוסלבסקי

לאחר חמש עשרה שנות הוראה הגיעה שנת השבתון הנפלאה, במהלך אלו השנים, הספקתי המון, להיות מורה ואפילו מדריכה לחשבון. זה התחיל כמובן כמילוי מקום שגרתי, שבסופו קיבלתי כיתה שהפכה לכיתתי. השקעתי המון, קצרתי הצלחות והגעתי הביתה ללא כוחות. כך המשכתי שנה ועוד שנה, באחת השנים בחרוני למדריכה, מדריכה לחשבון בכמה בתי ספר, יומיים בשבוע הייתי להם לעזר. ואחרי חמש עשרה שנות עבודה, אפשר להגיד שכבר "הוצאתי את הנשמה".

הגיעה סוף סוף זו השנה, ממנה אני נהנית כל שנייה. לפני שיצאתי לשנת השבתון, מנהלי שאל בהנמכת טון: במה תשתלמי בזאת השנה בחשבון או שמה במתמטיקה? אך אני החלטתי את זאת השנה, להשקיע עבור ילדי המשפחה. ללמוד איך להיות אמא יותר טובה, זה חשוב בעיני יותר ממתמטיקה. וחשוב להדגיש שעל זאת הבחירה. אין לי אף הרהורי חרטה, ואני נהנית כל רגע, כל שנייה. אני למדתי ולומדת כללים חשובים, חדשים וגם מקבלת חיזוקים: • איך להתנהג במצבים שונים שנתקלים בהם במעגל החיים. • על מה לדבר עם בן מתבגר שמהישיבה מתקשר. • אין ילד רע, אלא ילד שרע לו. • לא לשפוט בין ילדים שרבים. זה לא יעזור, יש עוד הרבה דרכים • איך לעשות שיקוף כדי שהילד ירגיש שבכאבו משתתפים. • איך בשכר ועונש אפשר גם אחרת. תוצאה טבעית והגיוינית. • ועוד ועוד... לאחר עשרה חודשי השתלמות,

בעזרת ה' אגשים הלימוד. ואהיה רעיה, אמא, בת, אחות, כיאות על-פי כל כללי ההשתלמות. ונסיים בחיך בברכה לעוסקות ב'משפחה והורות' שנזכה מיד לקץ הגלות.

## 3 גיליתי מחדש

סיה, נתיבות

"אני מאוד שמחה על ימי רביעי. הם הפכו במשפחתי לימים של שיחה אל תוך נבכי הנפש, עין בעין, עם בן הזוג. לפני זה, השיחות היו קצת סתמיות: קניות, מה צריך וכו'. כעת יום רביעי מוקדש לשיחות עם הבעל על הזוגיות ועל חינוך הילדים. בשני הנושאים הללו אני זוכה להתעשר במרכז להורות. במיוחד, כאשר מקבלים משימות הביתה ועובדים יחד, כזוג, על העניינים היותר עמוקים שבאמת חשובים לנו.

בעצם גיליתי מחדש את מעלות השיתוף במשפחה שלי"

## 4 שמן למנוע הבית

תלמידה בקורס להעשרת נישואין

"זאת השנה השנייה שאני כאן ובכל יום רביעי, אני יוצאת עם מטען של עבודה לשבוע ולכל החיים עם הרבה טעם של עוד. עבודה שנבנית אט אט אבל בטוח בדרך העולה בית א-ל.

"אם זה לגלות פתאום את הבעל שאיתו אני כך וכך שנים ולא הכרתי, לא ידעתי, לא הבנתי, לא הרגשתי, לא מספיק חשבת. אם זה אותי עצמי, את הילדים ואת צרכיהם הפרטניים, האמיתיים.

"הקורסים בנו בתוכי לבנה אחר לבנה ואני כבר רואה את הבניין. אם לא משמנים את החיים, חיי ההורות והנישואין, מגיעים לאיזושהי רדידות מעייפת ומתישה ולא לשם כך נוצרנו. הקורסים הללו נותנים את השמן למנוע של הבית, המפקד לזנק קדימה.

מכל אחת מפרשות השבוע מסרים ולקחים מאלפים שהם בעלי השלכות לאורח החיים היומיומי בבית ובמשפחה; מרחל ולאה,

הכלים שבאמצעותם נוצק התוכן לשיטה הקוצרת תשואות מפי כל מי שאך התנסתה בה, הם רבים ומגוונים. הן משתדלות לדלות

בה, אנו לומדות את האמנות לומר את המשפט הנכון ברגעים כאלו, על מנת לקחת את האדם למקום בונה יותר, תבונתי יותר."



כישורים, תעודות ועמידה בחובות המיוחדות שמציב משרד החינוך כתנאי לקבלה.

המשוב הטוב ביותר להצלחת המכון להכשרת מנחות הורים מוצא את ביטויו בעצם פעילותן של מנחות הורים, 'בוגרות' המכון בבית רבקה, הממלאות את תפקידיהן בהצלחה בכל רחבי הארץ.

כשהיא מתבקשת לסכם את פעילותה מזווית ראותה, מעידה הגב' מייזליש בעצמה כי "מאוד חשוב לי לא להשתעמם ולא לשעמם אחרים". היא 'מודה' שהיא כל העת "משתדלת ללוות כל קורס וכל סדנה עם הווי חסידי שיזרום לכל אורך הדרך ויעניק את תרומתו".

הגב' מייזליש, שאין תלמידה ב'מרכז' על ענפיו השונים שפיה אינו מלא שבח על השקעתה, מרצה ומסירותה, מבקשת לנצל את הבמה ולהודות לרב משה חפר, מנהל המכללה, על האכפתיות וההתעניינות לכל אורך הדרך, לסגניתו, הגב' אסתר הבר על הליווי הקרוב מהרגע הראשון ולסגניתו הנוספת – שהיתה גם יוזמת הקמת "המרכז החסידי להורות ומשפחה" – ומנהלת המרכז להשתלמויות, הגב' דוברה רסקין.

המחמאות הרבות שבהן מוצף המרכז החסידי להורות ומשפחה אינן טומנות בחובן מנוחה על זרי הדפנה. בפיה של הגב' אסתר מייזליש יש בשורה לשנת הלימודים הבאה.

"לקראת השנה הבאה, קיבלנו אישור לפתוח קורס למנחות משפחה", היא מגלה. "מנחת משפחה זה תפקיד מקיף ומכריע פי כמה ממנחת הורים. הרישום עדיין בעיצומו וכל מי שמסוגלת לעמוד בקריטריונים של משרד החינוך, בייחוד אלו מתוכנו שכבר משמשות כמנחות הורים ורוצות לפתח את כישוריהן ויכולותיהן ולעלות דרגה – זאת ההזדמנות שלהן".

"מצאתי עצמי", מספרת ר., משתלמת בקורס העשרת נישואין, "מחכה מיום רביעי אחד לזה של השבוע הבא. גם אם זה הקודם הביא בעקבותיו מפח נפש, נפילה רגשית, כתוצאה מניתוח פולשני למריבות..."

"גב' אסתר מייזליש הציבה מולי מראה ענקית ואמרה: 'הביטי! זאת את! וזה בעלך שם מאחור'. וגם אם לעתים ניסיתי לעצום עיניים חזק ולא לראות, זה לא נמשך הרבה זמן כי היא מעולם לא הסתפקה בזאת. אחרי מבט חודר בבבואה המשתקפת במראה, תמיד הגיעו הקביים או הסולם.

"איך שלא אכנה זאת, אלו היו הכלים שעזרו לי להתמודד ולצאת מחוזקת. מכאן אני ממשיכה אל החיים האמיתיים, העבודה האמיתית, התמידית, ולתקוותי גם הפורייה. כולי תקווה להשיכל בכלים שניתנו לי כאן ולהחליף את הלונה פארק בו חייתי עד כה בספינה רועגת המפליגה אל חוף מבטחים".

## מנחות ברמה גבוהה

זרוע נוספת ומקבילה שמפעיל המרכז החסידי להורות ולמשפחה היא המכון להכשרת מנחות הורים הקוצר תשבחות מקצועיות לרוב ואך לאחרונה, היה הפורום הנבחר בכנס הבין-ארצי של הפורומים להנחיות ההורים של כל המכללות בארץ.

כאן כבר אין מדובר באמהות המבקשות לרכוש בכישורי הורות אישיים אלא בשליחות או בנשות חינוך מכל גווי הקשת שמבקשות להשתלם ולשאת בתואר מנחות הורים.

כדי להתקבל לקורס, הכולל מסלול של שנתיים פלוס ימי עיון אינטנסיביים בחופשת הקיץ, יש לעמוד בשורה של קריטריונים,

לומדות המשתתפות כי קנאה בין אחיות לא מובילה בשום אופן לשנאה; מיעקב המצליח במקלו בלבד לעבור את היבוק, הן מקבלות מושג מוחשי על כוחו של רצון; וכהנה רבות.

מלבד היישום הלימודי מפרשת השבוע, מאמצת השיטה את יומנו של הרבי הרי"צ השזור באינספור דוגמאות של יוזמה, חשיפה וחיידוד. הן גם לומדות מה לא לומר לילד. "כשאמא אומרת לילדה בן השבע, 'עוד חצי שעה' – היא חוטאת לו", מדגימה הגב' מייזליש. "כי הוא לא יכול להיות מודע לזמן".

## כשתוקקת להעביר הלאה

"בתחילת השנה", מספרת אילנה, אם שמשדרת סיפוק וקורת רוח מהשתתפותה בבית-הספר להורות, "הכול נראה מעורפל. הגעתי מלאה בשאלות ותהיות, מהססת לספר על עצמנו, מרגישה חוששת. כשהשתדלתי להשתלב בקבוצה ונוצרה אווירה נפלאה, התברר לי שאני צריכה לשנות התנהגויות ודפוסיים של שנים שלא הייתי מודעת להם.

"בהתנסויות חוויות בקבוצה חדרו הדברים אל ליבי. התחלתי להשיל קליפות. דברים השתנו לאט ובטוח, הבית התחיל להיראות אחרת, אני הרבה יותר מודעת, יותר פתוחה, המושגים השתנו אצלי ורמת הביצוע עלתה. כל שבוע גברה בי הסקרנות לעוד מפגש, שתמיד גם הואר באור החסידות ונתן טעם חשוב לחיי. אני מאוד משתוקקת להעביר את הטוב הזה הלאה לעוד אמהות".

והטוב הזה כולל קבוצות הנחיה שבהן לומדות האמהות שיטת הענישה מול שיטת התוצאות הטבעיות וההגיוניות, גבולות במשפחה, תקשורת מקרבת ועוד.