



הרבה יותר ממשלוח מנות



הרבה יותר ממשלוח מנות

הורים, אתם יכולים להשתמש במנהג המתוק של פורים כדי ללמד את הילדים עצמאות, ראיית האחר והתחשבות. הנה כל הדרכים לעשות את זה יפעת סני

כשהורים חושבים על משלוח מנות, המחשבה הראשונה שעולה היא לרוב על חטיפים וממתקים. אך למעשה, במנהג הפורימי הזה יש הרבה מעבר לכך. משלוח מנות יכול להיות הזדמנות ללמד את הילדים ערכים משמעותיים כמו נתינה, אכפתיות ושיתוף. המנהג עצמו נולד מתוך ערך חשוב: הדאגה לכך שלכולם יהיה מספיק אוכל וסיבה לשמוח בחג, ולוודא שאף אחד לא יישאר מאחור.

אז איך מעבירים את ערכים של ערבות הדדית ודאגה לזולת גם לילדים של 2025? בואו נתחיל.

1. שיחה מוקדמת

כמה ימים לפני החג כדאי לדבר עם הילדים על משלוחי המנות, בהתאם לגילם. ספרו להם קצת על המקור של המנהג ועל איך אתם הייתם מחלקים משלוחי מנות כשהייתם ילדים. בשיחה הזו חשוב להסביר לילדים שאנחנו נותנים משלוחי מנות מכל הלב, אבל לפעמים עשויים לקבל בחזרה ממתקים שפחות נאהב או לא לקבל בחזרה בכלל - ושכדאי להיות מוכנים לזה. כי אנחנו נותנים כדי לתת, ולא בשביל לקבל משהו בחזרה. אני מאוד ממליצה לנהל שיחות אלה עם הרבה סימני שאלה ולא עם נאומים. כך לדוגמה - איך תרגיש אם תקבל משלוח שלא תאהב? איך תרגיש אם ניתן משלוח מנות לשכנה שלנו ולא נקבל חזרה? בשיחה כזו הילדים יחשבו בעצמם על הסיטואציות ולא יהיו בהקשבה פסיבית. אם הם יגידו שזה יאכזב או יעציב אותם, תנו מקום לרגש הזה, נסו להבין אותו, ולאחר מכן תשאלו אותם - מה לדעתם כדאי לעשות במצב כזה. אתם תופתעו לגלות כמה רעיונות טובים יש להם.

2. תנו להם תפקיד

תחושת הערך של ילדים קשורה מאוד לעצמאות ולמסוגלות שלהם, ולכן כדאי, תמיד, לתת להם תפקידים ולבקש את עזרתם. כן, גם בגיל צעיר. אז נכון, אם תכינו את העוגיות למשלוחי המנות בעצמכם כנראה תסיימו מהר יותר ועם פחות בלגן במטבח. אבל אם תאפו עם הילדים תוכלו ללמד אותם תכנון, סדר וארגון, דחיית סיפוקים (לא קל לחכות לעוגיות ריחניות) ועזרה לזולת. וזה בהחלט שווה את הבלגן במטבח. גם את הקניות למשלוחי המנות כדאי לעשות עם הילדים וגם את ארגון הממתקים בשקיות, זה יאפשר להם להתאמן בתכנון. ואם אתם מסתובבים לחלק משלוחי מנות לשכנים (ואני ממליצה על זה מאוד) תנו לילדים לדפוק על הדלת ולומר חג שמח. לא תאמינו עד כמה זה יעצים אותם.

בכל התהליך הזה חשוב מאוד לעודד את הילדים ולהאיר את היכולות שלהם - כמה שהם עזרו לכם, כמה שהיה נעים ללכת איתם לקניות, כמה אתם מעריכים את היכולת שלהם להתאפק ועוד.

3. היום שאחרי

ביום שאחרי פורים תמצאו את עצמכם עם כמות לא סבירה של ממתקים בבית, וזה הזמן לדבר עם הילדים על בריאות. ספרו להם מדוע זה חשוב לאכול רק ממתק אחד ליום (או שניים, או כמה שאתם קובעים) - אבל חשוב שיהיה גבול, חשבו ביחד איזה ממתק בריא יותר ואיזה פחות, אפשר אפילו להסתכל על הערכים התזונתיים ביחד. דברו עם הילדים גם על כמה חשוב לשמור על תזונה מאוזנת ומגוונת ומדוע חשוב לשמור על בריאות השיניים. אבל - גם אם תקבעו גבול, סביר להניח שהילדים שלכם יתפתו מכל השפע בבית ויבקשו עוד ממתק ועוד ממתק. בשלב הזה חשוב לזכור שזה בסדר גמור לומר "לא" ולהציב גבול, אבל אין צורך לכעוס על הילד על עצם הרצון. להיפך, ספרו להם שאתם גם לפעמים רוצים עוד ושגם לכם קשה להתאפק, תבינו אותם. זה יהפוך את ה"לא" להרבה יותר נעים ואמפטי, וילמד אותם שהגבולות בבית אינם נגדם - הם שומרים עליהם. זכרו שמשלוחי מנות הם הרבה מעבר לממתקים, הם הזדמנות ללמד את הילדים ערכים שילוו אותם לכל החיים. דרך המנהג הזה אפשר להראות להם מהי נתינה אמיתית, איך לחשוב על אחרים ולגלות אחריות. השקיעו בתהליך, הקשיבו להם ושתפו אותם, ותגלו כמה המנהג הזה הופך למשמעותי לא רק להם, אלא גם לכם. חג שמח!

יפעת סני היא מנחת הורים מוסמכת מכון אדלר לגיל הרך ולגיל ההתבגרות.

