

## הורה חדש הגיע הביתה על יחסי ילדים והורים חורגים

מאת: גדי רוזן

על קשיים ביחסים בין ילדים להורים חורגים, מדוע קשה לילדים במקרים רבים לקבל הורה חדש במשפחה, וכיצד ניתן להקל על הכנסת "הורה" חדש הביתה? טיפים שונים והצעות שעשויים להקל על ההתמודדות עם השינוי, על יצירת יחסים טובים בין הילד ו"ההורה החדש" ועל חיי המשפחה בבית.

תופעת הגירושין המתרחבת בישראל בשנים האחרונות, תאונות דרכים, מחלות ומלחמות והורות חד הורית מתוך בחירה, כל אלה מביאות לכך שילדים רבים מקבלים יום אחד "במתנה" הורה חדש לא ביולוגי - הורה חורג. למונח חורג יש קונוטציה שלילית ביותר. זכורים לכולנו ההורים החורגים מאגדות הילדים, האמהות של שלגיה ולכלוכית - נשים מכשפות, קשות, אכזריות ורעות לב שבחרו להיפטר מהילדים הקטנים על ידי שליחתם למצוא את גורלם ביער או להשפיל ולהעביד אותן בפרך. משום כך חרתי לקרא להורה זה ההורה החדש.

במאמר זה אציג את המורכבות והקשיים הצפויים במפגש ובקשרים שבין ילדים בכל הגילאים להורים חדשים.

### מדוע עשויים להופיע קשיים ובעיות ביחסים בין הילד להורה החדש?

בניגוד לקשר הנוצר בין ילד והורה באופן טבעי מהרגע שבו הילד פקח את עיניו לראשונה וראה את ההורה כחלק מעולמו, הורה חדש הוא "מתנה" שיום בהיר אחד נוחתת על ראש הילד במקרים רבים מבלי שהיה מוכן לכך ומבלי ששאלו ובדקו מהן והתחושות והרגשות שלו כלפי אותו ההורה החדש. סיפר לי נער שיום אחד כשחזר בצהריים מביה"ס אמרה לו אימו: "מגיע לי מזל טוב הבוקר התחתנתי". אפשר רק לדמיין את ההלם, תחושת הניכור, חוסר האמון וחוסר הכבוד, שהילד חווה באותו מעמד.

הידיעה שהאם (או לחלופין האב) מכניסה אדם חדש הביתה ולחייה עשויה לעורר פחד עצום בלב הילד ומחשבות שאולי אימו לא תאהב אותו יותר. במקרה של גירושין עשויה להופיע מחשבה מטרידה (שלעיתים היא נכונה ולעיתים לא) שאולי הקשר היה קיים עוד קודם לכן, כשהורים היו עדיין ביחד ויתכן שרק בגלל ההורה החדש אמא עזבה את אבא (או להיפך). אמונות ותחושות כאלה הן פתח לגילויי דחייה והתנגדות מצד הילד כלפי ההורה החדש.

חשוב לציין שבמקרים רבים הזמן ייעשה רק טוב ואם ההורה החדש ינקוט בעמדה חיובית וידידותית נכונה כלפי הילד, השניים יתקרבו יתרגלו האחד אל השני ויצרו ביניהם קשרים יחסים טובים. ישנם מקרים בהם ההורה החדש מאמץ את הילד כילדו הביולוגי ואף מעניק לו את שם משפחתו, אבל במקרים רבים אחרים החיבור בין המבוגר לילד פשוט לא עובד ואז החיים בבית הופכים להיות מאוד לא נוחים ונעימים עבור כולם.

### איך אפשר לדעת אם הילד מקבל את ההורה החדש או לא?

כדי לדעת זאת צריך להקשיב לילד במלוא תשומת לב ובעזרת כל החושים. לעיתים הילד מבטא את תחושותיו ורגשותיו במילים ברורות, אך במקרים רבים הוא מתקשה בכך ומביע את רגשותיו באמצעות התנהגותו, כיון שהתנהגות של ילדים זו השפה שבה הם מבטאים את עצמם הכי טוב. לא כל הילדים פתוחים מדברים ומשתפים ברגשותיהם אך ההתנהגות שלהם חושפות את רגשותיהם ואת עולמם הפנימי שלהם. הסתגרות ושתיקה, סירוב ללכת לגן או לביה"ס או להכין שיעורי בית, תלונות מהגננת או המורה על התנהגות שונה או מפריעה, מריבות בבית, התפרצויות וצעקות כנגד ההורה הביולוגי או ההורה החדש או כנגד שניהם יחד, כל אלה עשויים להוות פעמון הזהרה המודיע שהילד במצוקה רגשית קשה. פעמים רבות במצבים של קונפליקט מסוג כזה בים ילד להורה חדש, ההורה הביולוגי מוצא את עצמו ניצב בתווך בין ההורה החדש והילד או תומך באחד מהצדדים ומטבע הדברים ניצב נגד הילד שלו או הורה החדש.

מצבים מסוג זה מביאים לעיתים לפירוק הזוגיות החדשה או הנישואין, או במקרים מסוימים אף לשליחת הילד לחיות במסגרת חינוכית אחרת מחוץ לבית. מקרה קיצוני כזה יהווה עבור הילד בהגיון הפרטי והילדותי

שלו, חיזוק והוכחה לכך שאכן אמא או אבא לא אוהבים אותו יותר ושאלן יש להם מישהו אחר שתפס את מקומו בליבם.

### מה יכול לעשות ההורה הביולוגי כדי ליצור מערכת יחסים טובה עם הילד?

שלב הכניסה של ההורה החדש למשפחה עשויה להשפיע מאוד על הקשר שיווצר בינו לבין הילד ולכן חשוב לתכנן ולהיות ערים לדרך שבה הדבר נעשה ולכן מומלץ להכניס את ההורה חדש הביתה בתנאים נכונים ומאפשרים יצירת קשר עם הילד.

\* לא נכון להביא "כל יום" הביתה ולהכיר לילד חבר חדש אחר ובכך ליצור אצלו שרשרת של היכרויות ופרידות.

\* כדאי להביא הביתה ולהציג בן זוג חדש בפני הילד רק לאחר תקופת זמן ממושכת כשההורה מרגיש שהקשר החדש חזק ומתמשך.

\* במקרים של קשרים מזדמנים חד פעמיים, מומלץ שלא להיפגש בבית אלא בחוץ ולא להכניס את הילד בסוד הקשרים האלה.

\* לא נכון להכניס את ההורה החדש הביתה בבת אחת באופן מוחלט וקבוע, אלא ליצור היכרות מתונה והדרגתית בין השניים שתקל על הילד להכיר ולהתקרב בהדרגה ולהסתגל לשינוי המשפחתי. חשוב שלא יגיע יום אחד גבר עם מזוודות ויגיד אני כאן, מספיק שיבוא בהתחלה רק לכוס קפה או לארוחה משותפת.

\* חשוב מאוד שלא להכניס הביתה גבר חדש מייד לאחר הפרידה מאביו של הילד (או מהאם), אלא ליצור מרווח זמן כדי שלא ליצור קשר בין שני האירועים ולגרום לילד לפתח התנגדות וכעסים על ההורה ולתת לילד זמן לעכל את הפרידה מאביו.

\* חשוב שלא לנזוף בילד לגרום לו להרגיש לא בסדר, גם אם אינו מגלה שמחה ופתיחות כלפי ההורה החדש, לצפות ממנו להיות בוגר או לרצות את ההורה ולהתעלם מהרגשות שלו.

### מה יכול לעשות ההורה החדש כדי לקרב את הילד אליו וליצור איתו מערכת יחסים טובה?

קודם כל חשוב לזכור שיצירת קשר יחסים עם ילד בגיל צעיר הינה בראש ובראשונה יוזמה ואחריות של ההורה המאמץ העיקרי צריך לבוא בעיקר מצידו.

\* ההורה החדש צריך לקבל את הילד כמות שהוא ולהכיל אותו גם כשזה לא נוח ונעים למשל כשהוא כועס או עצוב. לא נכון לנסות לשנות אותו או לשלוט עליו ולנטרל את רגשותיו בדיוק כשם שהורה אמור לנהוג מול ילדו שלו.

\* על ההורה להתאמץ להשתלב במערכת המשפחתית ולקבל את החוקים והנורמות שלה, בדיוק כמו שאמור להתנהג כל אורח בבית בזהירות בשקט ובכבוד. לא ליצור ולכפות מערכת משפחתית שונה וזרה לילד כמו שהורה החדש אולי רגיל ורוצה. בהמשך הוא יוכל להשפיע יותר בהסכמת ההורה הביולוגי אך לא בתקופה הראשונה. מי שצריך להסתגל ולהתאים עצמו למצב הקיים זה בעיקר ההורה החדש.

\* בנושאים חינוכיים על ההורה הביולוגי להתמודד עם הילד בנושאים של חוקים וגבולות. בהמשך לאחר שהורה החדש נקלט במשפחה כחלק מובן מאיליו ממנה, מותר לו להיות מעורב בחינוך הילד אך בתוך הסכמה וביישור קו עם האם.

\* לא נכון ללחוץ על הילד להתקרב וליצור קשר עם ההורה החדש. חשוב לתת לו זמן ממושך להסתגל לשינוי המשפחתי בקצב שלו. אגב זה עשוי להיות שונה בין ילד לילד ובין אחים. ילד אחד יכול להתרגל ולהיפתח במהירות ולאחר יידרש זמן רב יותר.

\* חשוב שהילד ירגיש בטחון שלא לקחו ממנו את אמא (או אבא) שתחושת השייכות שלו לא תיפגע, שהמקום הטוב שלו נשאר אצלה ושאינן תחרות על לב ההורה בינו ובין ההורה החדש. כדאי ליזום בילויים משותפים כגון: טיולים, הליכה לגן משחקים, לסרט וכו', כדי שהילד יראה ש"הרכב החדש" עובד והוא

הרכב מנצח וזה לא אני או הוא אלא שנינו בייחד.

\* חשוב שההורה החדש לא יאמר דברים רעים על ההורה הביולוגי, שיכבד אותו וישמור על מערכת יחסים טובה כשהשניים נפגשים. זה יקל גם עליו גם על הילדים וגם על ההורה הביולוגי. לא כדאי ליצור תחושה שהוא מבטל או מקטין את ההורה האמיתי, מתחרה בו, או מהווה איום על מעמדו.

\* חשוב מאוד שגם ההורה שבחוץ לא יפגע בקשר בין ההורה החדש לילד, שלא יפגין איום או פחד מול ההורה החדש שתופס את מקומו, שיכבד אותו וידבר עליו באופן חיובי כי הוא זה שנמצא כל הזמן בשטח ויכול לתמוך ולעזור לילדו שלו בעת הצורך.

\* לא לפצות ולהרעיף מתנות כדי שהילד לא יחשוב שפעלו נגדו ופגעו בו וכעת מנסים לפצות אותו. ילדים הם חכמים והם מבינים שאם קונים להם בלי סוף כנראה שעשו משהו לא בסדר שכעת רוצים לכפר עליו.

\* מומלץ לאהוב את הילד, לראות את הטוב שבו, ולקבל אותו כאילו הוא הילד שלך, לשוחח איתו, לשחק איתו אבל במידה הנכונה ולא ללחוץ ולחנוק אותו. חשוב להקשיב ולבדוק שהילד מוכן ונענה לפנייה של ההורה החדש.

\* לא נכון לדרוש מהילד לקרא להורה החדש אבא או אמא כי אבא ואמא יש רק אחד ואפילו אם הוא לא בחיים. כמוכן שאם הילד ירצה בכך בהמשך כדאי לאפשר לו זאת.

### ומה יכול ההורה הביולוגי לעשות כדי להקל על הילד את קבלת ההורה החדש?

\* תפקידו של ההורה הביולוגי בכל קושי ומצב משברי הוא להיות עם הילד (ולא נגדו), להקשיב לרגשות למצוקות ולפחדים שלו, להכיל אותו ולקבל אותו כמו שהוא. לא לצפות ממנו להתנהגות מסוימת, לא לשפוט אותו ולא להביע אכזבה ממנו. חשוב מאד להקשיב לילד ולהבין את מצבו הרגשי, את הפחדים החששות שלו. השינוי הזה עשוי להיות משבר קשה עבור הילד ובמצב משברי תפקיד ההורה הוא להיות עם ובשביל הילד ולתת לו תמיכה ובטחון!

שאלו פעם אמא אחת חכמה את מי את אוהבת יותר אז היא ענתה את מי שזקוק ברגע זה יותר לאהבה. במצב כזה בדיוק הילד זקוק ליותר תשומת לב לאהבה, וזה לא קל פשוט להורה בתקופה שבה הוא עסוק ביצירת קשר ומערכת יחסים חדשה, אך דווקא בתקופה זו, אסור לשכוח ו"להניח" את הילד בצד, אלא דווקא להשקיע יותר בקשר איתו.

קורה שהילד מגלה התנגדות פיזית לנוכחות הורה החדש, למשל עוזב את הבית בשעת ביקור והולך לבית ההורה השני. חשוב לקבל את רגשות הילד, לא לכעוס עליו, לא ללחוץ על הילד או להיבהל מתגובותיו ועם קצת מאמץ ונחמדות מצד ההורה החדש יש סיכוי שהילד יסתגל למצב החדש, יתרגל להורה החדש ויקבל אותו.

\* כשהילד לא מצליח להתרגל לשינוי והוא דוחה את ההורה החדש לאורך זמן ממושך, כדאי לפנות לסיוע ולתת לילד עזרה מקצועית כדי שהקשר החדש לא ייהרס הקשר בין ההורה לילד לא יפגע וההורה לא יפסיד את הסיכוי לחיים זוגיים חדשים וטובים.

**לסיכום** הורים זכרו, הילד שלכם הוא רגיש וחכם וגם סבל מספיק מעצם הפרידה שלו מאחד ההורים. ילדים הם אינטרסנטים והם פועלים להשיג את מה שכדאי להם. כשהילד יאמין שהוא זכה באמת באדם טוב לב, נעים, תומך ואפילו אוהב אותו, ורוצה רק בטובתו, ושאפשר ליהנות ממנו ואיתו, יש סיכוי טוב הרבה יותר רב שהילד ירצה בקשר איתו, לא ילחם בו, או שירפה ויחדל להיאבק בו ויקבל אותו עם הזמן. כמובן שתגובת הילד והתייחסותו להורה החדש תלויה במידה רבה באופיו של ההורה החדש, בטיב היחסים בין ההורה הביולוגי והילד, באווירה המשפחתית ובדפוס התקשורת בבית וביכולתם של שני ההורים שבבית לקבל, להכיל, ולתמוך רגשית בילד.

על ההורה הביולוגי והחדש לפעול ולעשות את כל הנדרש, כדי שהילד יחוש שאכן הוא זכה בהורה החדש והוא יכול להיות רגוע ושקט, כיון בסופו של דבר כל מה שכל ילד צריך זה: יחס טוב, המון חום ואהבה, שקט

שלווה ובטחון.