

מערכת יושב והלים מגישה

לכבוד הגליון ה-

100

טיפים מהמומחים

# בפתח הגליון

לקוראים היקרים שלום רב,

לרגל הוצאת הגליון ה-100 של העלון יושב אוהלים, שמחים אנו להציג לפניכם חוברת ייחודית זו, שנארכה במיוחד לכבוד ה-100.

בתחילת החוברת תמצאו את העלון המוכר והאהוב, שבסופו נוספה פינה חדשה בשם "שור אצלך". פינה קצרה ובה מסר תמציתי לחיים העולה מתוך ה-MICN. מתוך הרצון לשלב את קצרי וממוקד, הניתן לעקיצה למעשה מתוך תוכן רחב ומעמיק, פנינו אף טובי אנשי החינוך וההוראה בתחומי הלימוד, החינוך וצבאות ה; וביקשנו מהם לשלב בטיבים קצרים שיאירו את הפרק ויתנו לנו כלים מעשיים.

מקווים שתיהנו והצרכים יהיו לתועלת בעבודת ה; בהרכה,

מנחם ריבלין

## עמוד 2

עלון יושב אוהלים  
לפרשת וישלח

## עמוד 4

טיפים שמחזירים שליטה  
והנאה מהגמרא

## עמוד 7

טיפים קצרים לידיעת חלקינו  
בתורה וצורת הלימוד

## עמוד 10

טיפים להצתת הרצון  
בילדים ללמוד

## עמוד 12

טיפים מעשיים להבנת עולם  
הנער וליצירת קשר אמיתי

## עמוד 18

טיפים לחיים מלאים  
בשלוות הנפש מתוך  
אמונה ובטחון

## עמוד 15

טיפים חינוכיים שיעזרו  
לכם לראות את הילדים  
בזווית אחרת

# חיבור • עוצמה • מחשבה הזמן לתלמידך שיחה מהרב ריביץ

לקבלת הקטלוג



לע"נ יעקב זאב בן צבי

עלון מספר  
100

העלון נכתב על ידי: מנחם ריביץ

## כל ההבדל

ושוב אני נכשל והיצר מסיט אותי מדרכי. אנא, הרב, מה לעשות? כיצד להתמודד?"

מה שלא ציפה אותו בחור, היא התגובה של הרב שטיינמן שהתרומם מלוא קומתו, חיבק אותו ונישק אותו פעם אחר פעם. ואז אמר לו כשעיניו לחות מדמעות: "אוי, כמה שאני מקנא בך, כמה שאני מקנא בך! כמה זכויות אתה צובר בכל פעם שאתה כן מתגבר, למרות שאתה מתקשה כל כך להתמודד, ובכל זאת מתאמץ, בכל זאת ממשיך לנסות, בכל זאת ממשיך להיאבק. בורא עולם גאה באנשים כמוך, אני מלא קנאה בך!".

הפרשה מתחילה בהכנות של יעקב לקראת הפגישה עם עשיו, והתורה מתארת: "וַיִּשְׁלַח יַעֲקֹב מַלְאָכִים לְפָנָיו אֶל-עֵשָׂו אָחִיו אֲרֻצָּה שְׂעִיר שָׂדֶה אָדוֹם: וַיֵּצֵא אֹתָם לֵאמֹר כֹּה תֹאמְרוּן לְאֲדֹנָי לְעֵשָׂו כֹּה אָמַר עֲבָדְךָ יַעֲקֹב עִם-לְבָן נְרִיתִי וְאַחַר עַד-עֲתָה". ורש"י מפרש על המילה גרתי: "לא נעשיתי שר וחשוב אלא גר, אינך כדאי לשנוא אותי על ברכות אביך שברכני "הוה גביר לאחיך" שהרי לא נתקיימה בי".

אמר הרב שרגא גרוסבארד זצוק"ל שודאי שיעקב לא התכוון לומר לעשיו שהברכות שקריות ולכן לא התקיימו בו, כי ודאי שיעקב אבינו לא יוציא דבר שקר מפיו, וגם עשיו לא יקבל דברים אלו ביודעו את צדקת אביו. אם



מסופר על יהודי עשיר שנכנס למעונו של הגאון הרב אהרון יהודה לייב שטיינמן זצוק"ל וביקש להתייעץ, הוא רצה לקנות רכב חדש ואשתו התנגדה מפחד שיקנאו בהם ו"ישימו עליהם" עין הרע. רבינו הגראי"ל השיב לו בשאלה: את הש"ס אתה כבר יודע? והעשיר ענה: "לא, לא זכיתי".

"ואולי מחצית מן הש"ס אתה יודע?"  
"מחצית מן הש"ס? הלוואי...".

הרב המשיך לנסות: "אז אולי לפחות מסכת אחת מן הש"ס שגורה על לשונך?"  
אך העשיר בשלו: "לצערי, אפילו מסכת אחת של משניות אינני יודע".

"אם כך", אמר לו הגראי"ל: "מדוע אתה מודאג? במה יש לקנא בך?".

ברכב חדש הרב שטיינמן לא ראה סיבה לקנא, אבל במה כן קינא הרב שטיינמן?

היה בחור צעיר שהחל את צעדיו הראשונים בעולם התורה והמצוות שנכנס אל הגראי"ל ואמר שלמרות שהוא זוכה לעמול בתורה ולהתעלות במצוות וביראת שמים, עדיין יש מצוה אחת שהוא לא מסוגל לעמוד בה, הוא נכשל בה פעם אחר פעם.

תוך גדי דיבור הוא החל לבכות "עשיתי כל שיכולתי. אני מתמסר לתורה וברוך השם מצליח לקיים את רוב המצוות. רק במצוה הזו אינני מצליח להתגבר, שוב

המשך בעמוד הבא

לעלון זה צורפה חוברת מהודרת חינם, מלאה טיפים מרבניםואנשי מקצוע. רוצה לקבל גם? [4663MR@gmail.com](mailto:4663MR@gmail.com)

כפרי שיש לו דעת נכונה, אם יראה בת מלך, לא יחמוד להתחתן עמה, כי יודע שזה לא יתכן.

אומר יעקב לעשיו דרך השליחים: מה הקשר בינינו? אני, למרות שהייתי בבית לבן לא הושפתי ממעשיו הרעים ולא הלכתי בדרכיו העקומות, אלא נשארתי נאמן לדרך בית אבא, המשכתי בקיום התורה והמצוות. אנחנו לא חיים באותה המציאות, וכמו שהאדם לא מקנא בציפור על שיכולה לעוף, ככה אין שום סיבה שאתה תקנא בי, ואין שום טעם שתשנא אותי כי אנחנו "לא באותה הפרשה".

כאשר דיבר אותו יהודי עם הרב שטיינמן זצוק"ל על רכב חדש, הרב לא ראה שום סיבה שמישהו יקנא בו, הרי הוא לא יודע לשנן לא מסכת ולא חצי מסכת.

אבל, כאשר דיבר איתו הבחור על רגע קטן של חזרה בתשובה, עלתה קנאתו של הרב, הרי רגע זה גורם לנחת רוח לה' והוא שווה נצח נצחים. אם נדאג למלא את עולמנו בתורה ומעשים טובים, אם נדבק בדרך שהורו לנו אבותינו ורבותינו, ונדע באיזה מציאות אנחנו חיים, כבר לא יפתו אותנו בהנאות מזויפות ורגעיות, אלא נימשך רק אחרי הברכות האמיתיות.

כן, מה המסר שיעקב באמת רצה להעביר לעשיו? מסביר הרב גרוסבארד על פי פירוש הרמב"ן, שפירש שהסיבה שעשיו ביזה את הבכורה והסכים למכור אותה ליעקב היא כיוון שרצון הרשעים הוא רק ליהנות מהרגע, לאכול ולשתות בלי לחשוב על העתיד.

עיקר הברכות שבירך יצחק את יעקב עתידות להתקיים רק באחרית הימים, יעקב לא שיקר כשאמר שהברכות לא התקיימו, כי הוא הדגיש שהרי לא נתקיימה בי, באומרו לעשיו: לך חשוב הכאן ועכשיו. כאן ועכשיו אתה רואה שאני לא נהנה מהברכות, לא נעשיתי לשר חשוב, אלא הייתי גר בארץ נכריה, עבדתי את לבן עשרים שנה כשהוא דואג למנוע ממני את משכורת פנים אחר פנים. אם כן, אין לך סיבה לכעוס עליו ולצאת נגדי למלחמה על שלקחתי ממך את הברכות, בכל מקרה, הן לא היו מביאות לך תועלת.

רש"י מביא פירוש נוסף: "גרתי בנימטריא תרי"ג, כלומר, עם לבן הרשע גרתי, ותרי"ג מצות שמרתי, ולא למדתי ממעשיו הרעים". ואת הפירוש הזה קשה עוד יותר להבין, מילא בפירוש הקודם רש"י מפרש איך יעקב מרגיע את זעמו של עשיו ומראה לו שהברכות כלל לא נחוצות לו. אבל, מה זה משנה לעשיו אם יעקב שמר תורה ומצוות בבית לבן או לא?

אך היסוד הוא אותו יסוד, וגם לפי הפירוש הזה יעקב רוצה להרגיע את זעמו של עשיו. אומר המדרש "כל אומן שונא בני אומנותו", ומסביר הרב גרוסבארד: הקנאה והשנאה מצויים רק בין השווים, אבל כשאחד שונה מן השני אין ביניהם לא קנאה ולא שנאה.

כפרי מקנא ומכך מגיע לידי שנאה בחברו הכפרי, אבל לא ילטוש עיניים לקנא ולשנוא את בן המלך, כמו שהביא האבן עזרא על הדיבר לא תחמוד משל על איש

**שחור**  **אצלך**

כשתצד לאן אתה שייך ולאילו דרך  
אתה באמת מכוון, הפיתויים יאבדו  
את כוחם ואתה תהיה חופשי  
באמת.

# איך מבקשים נכון?

חפש את הרב מנחם ריביץ:

 

או בטלפון 0733-578-562

## טיפים שמחזירים שליטה והנאה מהגמרא



הרב אביאל אברהם טוויל שליט"א  
מאבחן דיקטי ומומחה להוראת מותאמת בגמרא  
יו"ר מרכז תבונות

1. פתח ברקע עוד לפני שפתחת את הגמרא:  
אתה לומד על כתובה? עצור רגע: מה זה בכלל? למה היא נועדה? איך היא נראית? כל בירור מקדים הוא דלק ללימוד. אל תגיד: "נקרא ואחר כך נבין". אמץ את שיטת אבותינו "נעשה" - ורק אז "נשמע" מה יש לגמרא לומר על זה.
2. המשנה היא העוגן — אל תדלג עליה:  
הגמרא אינה אלא תרגום מורחב של המשנה, אז איך תלמד גמרא אם אין לך מושג מה בכלל כתוב במשנה. לכן, למד את המשנה לאט, בצורה מאורגנת ומדוייקת. האמן לי זה ישתלם לך פי כמה.
3. כבר בתחילת הסוגיא בחר מטרה:  
שאל את עצמך: מהי המטרה המרכזית בסוגיא? להיכן הגמרא חותרת להוביל את הדיון? מה הגמרא מנסה לברר? בהמשך תבחן האם המטרה שהצבת בהתחלה נכונה או שיש לדייק אותה.
4. למד את ה"בעל'בת" שבך:  
חובה להסביר בקול – כאילו מלמדים אדם שרק התחיל

**המשך: טיפים שמחזירים שליטה והנאה מהגמרא**

ללמוד גמרא. נכון, קצת מביך לדבר אל עצמך ועוד בצורה כל כך נמוכה. אבל מי שמסביר בקול, מבין. ומי שמבין — מתקדם. זה הכלי הכי משתלם בארגז הכלים של הלומד.

### **5. דין = סיפור. תמיד:**

קח את ההלכה, הפוך אותה לסיפור חי. בלי זה, אל תתקדם אפילו שורה. סיפור טוב עושה סדר, חושף היגיון ומחיה את הסוגיא. אל תתקדם לשום מקום בטרם בנית לך סיפור עסיסי על הסוגיא.

### **6. מהכלל אל הפרט — זו הנוסחה:**

עבור זריז על מילות הסוגיא, תפוס את הרעיון הכללי בלי לנתח כל מילה, רק לאחר מכן תוכל לרדת לפרטים. אל תהיה מאלה שנתקעים על כל מילה ואז כשסוף סוף מבינים את המילה שוכחים באיזה הקשר היא נאמרה. פשוט בשלב ראשון - שחרר, קרא בנחת אל תנסה להתאמץ להבין בכל מחיר.

### **7. לפני שמפרשים — מכבדים:**

לפני שאתה קופץ להסביר מה הבנת או מה קשה לך בסוגיא, תן קצת כבוד למילים! תתייחס לכל מילה בכבוד הראוי לה ותנסה להבין מה הגמרא אומרת. אל תנסה לומר את דעתך לפני שהגמרא הספיקה לומר את דעתה. קודם "מה נאמר", ורק אחר כך "מה אני מבין".

### **8. כלום לא מובן מאיליו:**

לאחר שהבנת מה שהגמרא אומרת, אל תקבל שום דבר

**המשך: טיפים שמחזירים שליטה והנאה מהגמרא**

כמובן מאליו. תמיד תנסה למצוא את ההיפך. הבנת? מצוין. עכשיו חפש את ההפך. ההיפוך מגלה גבולות, עומק ודיוק. בבחינת "הפוך בה והפוך בה" — זו שיטת העבודה של כל לומד רציני.

**9. מושג חדש? מזל טוב, עצור תגיד שלום:**

ראית מושג חדש? עצור! אל תרוץ. תברר. מה זה אומר? איך זה מוגדר? תברר מה הכוונה בו? (וכן, זה מזכיר את התלמיד ששמע שכהן מקבל תרומה ושאל בתום אמיתי: "מהקופת צדקה? ולמה אין לו כסף?...").

**10. רגע אל תסגור את הגמרא:**

הפנם! אין כזה דבר לסיים סוגיא בלי לסגור אותה! למדת? החכמת? לפני שאתה קם — שתי דקות. מה למדתי? מה הנושא? כמה דינים? מי נחלק עם מי? מה המסקנה, ואם אין — באיזה שלב נעצרנו? בלי סגירה, הלימוד מתפזר. הטיפים שקראת הם טיפים חשובים מאוד מאוד! שנרכשו מפרי ניסיון של למעלה מ-12 שנה של ליווי מאות תלמידים ומחנכים, אבל את הגמרא צריכים ללמוד נכון ולהשקיע בצורה חכמה ומודרכת. ולכן כדברי חז"ל "ואידך זיל גמור".

לייעוץ והדרכה או לקביעת אבחון מקיף עם הרב טוויל שליט"א:  
[mt0733478474@gmail.com](mailto:mt0733478474@gmail.com) או חייגו למרכז תבונות: 0733-478-474  
 להורדת המדריך החדש "המגדלור בלימוד הגמרא" -  
 מדריך אבחוני מעשי להבנת סגנון הלמידה של הבן שלך לחץ כאן  
 או שלח בקשה למייל עם המילים "הגעתי מיושב אוהלים"

# טיפים קצרים לידיעת חלקינו בתורה וצורת הלימוד



הרב חיים פנחסוב שליט"א

בעל מח"ס 'תורה דיליה'

טיפים קצרים לידיעת חלקינו בתורה

מתוך הספר 'תורה דיליה', ומתוך סדרת 'חלקי בתורתי'

**1. לבו חפץ:** אם בא אדם לשאול איזו דרך ישרה שיבור לו בדרך לימודו? או במה להיות זהיר טפי, על זה אמר קהלת "והלך בדרכי לבך" מה שלבו נמשך אחריו ברור שמזלו חזי כי זה ענין טוב לפי כח נפשו, (דברי הנצי"ב העמק דבר פ' שלח).

**2. קושיות:** כשיש לאדם קושיות מסוימות על חלק בתורה מסוים, זהו סימן משמים שבאותו החלק יש לו להתיגע ולהבין, כי זהו חלקו בתורתו, (ע"פ ההפלאה בפרשת בא י"ג י"ד, וכע"ז בפ' בשלח ט"ו כ"ג).

**3. מרגלא בפומיה:** אדם ששם לב שהוא רגיל / נהנה לדבר בענינים מסוימים בתורה [כגון - נושאים הלכתיים, מוסריים, עיוניים וכו'] אות הוא משמים ששם הוא חלקו ונחלתו (ע"פ צדקת הצדיק אות נ"ג).

**4. נסיונות:** נושא מסוים בתורה שיש לאדם נסיון בו,

המשך: טיפים קצרים לידיעת חלקינו בתורה וצורת הלימוד

[הלכה מסוימת, חלק מסוים בעבודת המידות וכד'] הוא הדרך לידע מה נצרך לו משמים כדי לעסוק באותו החלק בלימוד התורה ועבודת ה' (עי' מכתב מאליהו ח"ה עמוד 68 בשם הסבא מקלם).

**5. הצלחה:** 'מאז שפסקה הנבואה מישראל אין איתנו יודע בדיוק - מהו תפקידו הייחודי בעולמו, אך מקובלנו שמי שעוסק בענין מסוים [וכמו"כ בלימוד חלק מסוים בתורה] ורואה הצלחה במעשיו, הוא מוצא בו את סיפוקו הרוחני, זהו סימן משמים שזה אכן ייעודו בעולם', (מדברי הגר"ש עליאשוב זצ"ל בעל ה'לשם' להגר"א לוין זצ"ל).

**טיפים קצרים על ידיעת צורת הלימוד**

**המתאימה לנו מתוך קורס 'מקום שלבו חפץ'**

הסטיפלער היה אומר שבני תורה מובהקים גדלו דווקא מחמת הבין הזמנים שאז הם למדו מה שלבם חפץ והתעלו מכך.

אמנם היום מצוי אברכים רבים שלומדים תמיד מה שליבם חפץ ועדיין מחכים להתעלות, אז מהי ההגדרה של 'לימוד בין הזמנים' או מהי ההגדרה של 'לימוד שלבו חפץ' אמיתי הגורם לבן תורה להתעלות בלימודו?

**1. הכרה עצמית:** להכיר את צורת החשיבה ה'אישי' שלנו ע"פ אופי ותכונות נפש בעיני העולם הזה -

המשך: טיפים קצרים לידיעת חלקינו בתורה וצורת הלימוד

שם בדר"כ איננו משוחדים ממקובעות מחשבתית.

2. הכרת המפה: להכיר בכלליות את צורות הלימוד השונות.

3. התאמה לימודית: לדעת לארגן את צורת הלימוד בהתאמה לצורת חשיבתך [ראש קל/כבד ראייה רחבה/ממוקדת, מנתח, מחשבן, מסקנתי, ממוקד וכו'].

4. גישה: גש לגמרא/ לסוגיא שאתה ממילא לומד, ושים לב איך היית לומד עד היום, והאם צורת הלימוד תואמת את צורת החשיבה שלך.

5. תרגול: קח לימוד חדש ותלמד בצורה המתאימה לצורת חשיבתך, [תרגול תמיד צורך לימוד חדש, אם תנסה ללמוד מה שכבר למדת קודם - בצורה שונה, פחות תצליח].  
בהצלחה רבה.

אם גם אתה רוצה להכיר את צורת החשיבה ה'אישית' שלך ואיך ללמוד על פי מה שלבו חפץ - בהנאה ובחיבור, מקומך איתנו בקורס מהנה ומעצים, פרטים מלאים בקו - 'מקום שלבו חפץ': 0733454392  
הזריז נשכר.

קו התוכן של יושב אוהלים:

0733-578-562

שלוחות: 1. שיחות 2. מסרים קצרים לפרשה  
3. שיעור מיוחד על כלי המשכן 9. השארת הודעות למערכת

## טיפים להצתת הרצון בילדים ללמוד



הרב חנניה מנס שליטי"א

מרצה, מנחה הורים ומטפל רגשי.

יו"ר מרכז "בנועם שיח"

לכבוד מזכה הרבים, הרב מנחם ריביץ היקר, שלום  
וברכה! בראש ובראשונה, יישר כוח עצום על ההגעה  
לגליון ה-100 של "יושב אוהלים"!

זו עבודת קודש אמיתית ומשמחת מאוד. תבורך על  
הרצון להפיץ תורה ודעת לציבור הרחב.  
מצורפים להלן טיפים מעשיים וקצרים, המיועדים  
להורים ולנוער, מתוך עולם החינוך והנחיית ההורים.

1. זמן איכות = דף גמרא: הפסק להשקיע בלימוד רק  
כ"מטלה" ותן לו מעמד של "זמן איכות" בלעדי. 15 דקות  
לימוד נקיות מטלפון שוות יותר משעה של לחץ.

2. אל תלמד עם ילד יותר מ 20 דק'. אני ממליץ לאבות  
לא להרבות בזמן כי הילד מאבד ריכוז.

3. שבח את המאמץ, לא את התוצאה: שבח את  
ההתמדה והישיבה עצמה ("כל הכבוד ששמרת על  
סדר!"), לפני שאתה משבח את הציון או ההספק.

## המשך: טיפים להצתת הרצון בילדים ללמוד

4. מצוות "פרסומי ניסא" בבית: פרגן לילד על כל התקדמות קטנה ותפרסם בבית! אל תחפש רק את הדברים הגדולים.

5. הקשבה נוכחת! עלינו לנצל את הזמן לחזק את הקשר!

ולעשות הקשבה נוכחת - השומע שם לרגע את עצמו בצד, משתיק את רעשי הרקע הפנימיים שלו, את המחשבות והרצונות ועולמו הפנימי, ומצליח לשים את עצמו בנעלי השני, ובאמת להיות קשוב. גם לדברים החיוביים וגם לאלו שפחות, ואז ההקשבה אינה רק אמצעי להבין בעיה ולהציע פתרון, אלא הקשבה לשם הקשבה! האדם המשוחח, חש שלמישהו אכפת ממנו, וככה נוצר 'קשר'.

6. צ'רצ'יל אמר שהצלחה היא לעבור מכישלון לכישלון, מבלי לאבד את ההתלהבות.

אנחנו בלימוד התורה זוכים שעל כל יגיעה ויגיעה, פסוק ופסוק זוכים לשכר בעלמא דאתי!

ליצירת קשר עם הרב מנס שליט"א:

n3201525@gmail.com / 0583201525

להורדת המדריך 7 הצעדים להתבגרות מוצלחת!

<https://bs0583201525.minisite.ms/mitbagrim>

# טיפים מעשיים להבנת עולם הנער וליצירת קשר אמיתי



הרב משה אריה כהן שליט"א

יו"ר מרכז קול הנערים  
הדרכה וליווי להצלת בני נוער

כהורים לילדים ולנערים, כולנו רואים את השינוי שמגיע עם גיל ההתבגרות. כל ילד מגיב אחרת, כל הורה מפרש אחרת, אבל דבר אחד משותף לכולם: אין בית שלא עובר את מסע ההתבגרות.

כדי לעזור להורים במסע הזה, ריכזתי 10 טיפים מעשיים וקצרים, מבוססים על ניסיון רב מהשטח, שכל אחד מהם יכול לעשות שינוי גדול באווירה בבית ובקשר עם הנער.

## 1. להבין שהתגובה החדה היא מחסום, לא מרד -

נער מרים קול כי קשה לו להכיל את מה שהוא מרגיש. מה עושים: עוצרים רגע, ואומרים בשקט: "נראה לי שאתה בעומס עכשיו." זה מרגיע מידית.

## 2. לזהות את השקט כמסך, לא כהתרחקות -

שתיקה אינה ניתוק, היא הצפה פנימית. מה עושים: יושבים לידו. בלי שאלות. נוכחות מרפאה.

המשך: טיפים מעשיים להבנת עולם הנער וליצירת קשר אמיתי

### 3. לבחור שיחות קצרות ועקביות -

נערים אוהבים קשר, לא חקירה.

מה עושים: חמש דקות קבועות פעמיים בשבוע. זה בונה אמון.

### 4. להיות הורה יציב, לא הורה מושלם -

טעויות לא מרחיקות – הצגות כן.

מה עושים: לומר לפעמים “גם לי קשה, נלמד יחד”. זה מקרב.

### 5. להפסיק להשוות בין אחים -

השוואה מייצרת בושה וניתוק.

מה עושים: להתמקד בו בלבד. “אני מדבר עליך, לא על אחרים.”

### 6. להקשיב עד הסוף גם כשהתשובה ברורה לכם -

הנער לא מחפש עצה, אלא הקשבה.

מה עושים: לתת לו לסיים משפט. לבצע השהיה של שתי שניות לפני תגובה.

### 7. לפרש עייפות כעומס, לא כעצלנות -

נער מתאמץ הרבה יותר ממה שנראה לעין.

מה עושים: לתת לו רגע לנשום, להכיר במאמץ שלו.

### 8. לחפש את הסיפור שמאחורי ההתנהגות -

התגובה היא הקליפה. הרגש הוא הליבה.

המשך: טיפים מעשיים להבנת עולם הנער וליצירת קשר אמיתי  
מה עושים: לשאול בעדינות: "קרה משהו היום?" בלי  
לחץ.

### 9. לראות את ההתקדמות הקטנה -

נערים מתקדמים בצעדים זעירים.  
מה עושים: לשבח דבר אחד קטן ביום. הוא זוכר את זה  
לשנים.

### 10. להעביר מסר של אמונה גם בלי מילים -

נער צריך לדעת שיש עליו עין טובה.  
מה עושים: ליצור אווירה של "אני איתך". כשהוא  
מרגיש בזה — הוא פורח.

ההזדמנות שלנו כהורים היא לבחור לעצמנו מטרה של  
'חיבור לילדים' ופיצוח העולם הפנימי שלהם ממקום של  
סקרנות מכילה, עם קשבה אמפתית, ותרגול אישי חזק  
ליצירת אמון הדדי.

שנוכה בעזרת ה' להטמיע את הערכים שלנו ואת אור  
התורה בלבבות ילדינו, ושיהיה לנו בית מלא ברכת ה'.

למאמר המלא



לייעוץ והדרכה או להזמנת הרצאות מהרב כהן שליט"א

03-6999512 שלוחה 1 📞

ניתן לקבל חוברת הדרכה 'איך ממגרים וויכוחים עם מתבגרים'  
ישיר לתיבת המייל שלכם, שלו את המילים < פרק מי מבין בכאב  
41 יושב אהלים' למייל [office@mitbagrim-c.com](mailto:office@mitbagrim-c.com) לחצו כאן



## טיפים חינוכיים שיעזרו לכם לראות את הילדים בזווית אחרת

הרב משה רחום שליט"א

מייסד מורשת משה  
"הבית להורות מוצלחת"

### 1. להגדיר 2-3 חוקים בלבד בבית

חוק = דבר קבוע, נוקשה, לא זו ולא נפרץ. למשל: "לא מרימים ידיים בבית – בשום מצב"  
כלל = גמיש, תלוי מצב. למשל: "אוכלים רק בפינת האוכל, חוץ מימי שישי". כשהילד יודע מהו חוק ומהו כלל, הוא מפסיק לבדוק גבולות שלא ניתנים לפריצה.

### 2. ההבדל בין זמן תגובה לזמן חינוך

זמן תגובה = מיד אחרי המעשה. זמן חינוך = כשהילד רגוע רגועים. אף פעם לא מחנכים בזמן תגובה כי שם פועלים מהרגש, לא מהשכל, ושם רוב הטעויות קורות.

### 3. לשאול את הילד שאלות שמפעילות רגש

שאלות טכניות יוצרות סגירות. שאלות רגשיות יוצרות פתיחות. לדוגמה: "כמה נהנית היום עם החברים?" "מה הכי שימח אותך היום?"  
אל תשאלו שאלות כמו: "מה אכלת היום?" זה טכני, יבש ולא יוצר קשר.

המשך: טיפים חינוכיים שיעזרו לראות את הילדים בזווית אחרת

#### 4. לא חוזרים על הדרישה שוב ושוב

צעקות מרחוק הופכות לרעש לבן הילד מפסיק לשמוע. במקום לצעוק: "דוד! תעשה שיעורים!" תתקרבו אליו בשקט, ליד האוזן

"דוד, בוא ניקח את הקלמר ונעשה שיעורים."

#### 5. כשהילד בקושי אל תפתרו במקומו

אל תקפצו להציל אותו תעזרו לו לחשוב ולפתור בעצמו, על ידי שאילת שאלות עם הובלה לפתרון. זה בונה ביטחון, עצמאות והרגל של התמודדות.

#### 6. המילה שלכם חייבת להיות שווה

אף פעם אל תגידו מילים שאין לכם כוונה לעמוד בהן. הבטחתם תקיימו. קבעתם גבול תעמדו בו. ילד לא יכבד סמכות של מישהו שמבטיח ולא עומד במילה שלו.

#### 7. זמן איכות יומי – אפילו 5 דקות

זמן איכות פותר המון בעיות מראש. הוא יוצר חיבור שמקטין את התנגדות.

הכלל: אין טלפון, אין אנשים, אין הפרעות רק אתם והילד.

חמש דקות אמיתיות שוות הרבה יותר משעתיים בלי נוכחות.

המשך: טיפים חינוכיים שיעזרו לראות את הילדים בזווית אחרת

### 8. דרישה חייבת להיות מותאמת יכולת

אל תבקשו מהילד משהו שהוא לא יכול לבצע מבחינה נוירולוגית. למשל: ילד קטן לא מסוגל לאסוף את כל המשחקים בצורה מסודרת זה גדול עליו. כשמבקשים דרישה לא מותאמת, זה לא חוסר ציות זה חוסר יכולת.

### 9. לעודד רק על מאמץ – לא על כישרון

כישרון הוא דבר מולד, מאמץ הוא בחירה. כשמעודדים מאמץ, הילד לומד להתאמץ גם כשקשה. גם אם לא הצליח אבל השתדל באמת זה המקום שלכם לפרגן.

### 10. לחגוג הצלחות קטנות הן הכוח של הילדים

גם אם הילד כמעט סידר כמו שרציתם, או קיבל 90 במקרה תחגגו איתו. ילדים מתקדמים בזכות פירגון על צעדים קטנים, לא רק על תוצאות גדולות. מי שחווה הצלחה קטנה ירצה להגיע להצלחה גדולה.

לכל שאלה, התלבטות או צורך ביעוץ

ניתן ללחוץ על [הקישור כאן](https://www.kay.com), בטלפון 0533566404

או במייל: [m0548595515@gmail.com](mailto:m0548595515@gmail.com)

אני כאן בשבילכם. 🙏

כבר למעלה משנתיים שמאות אנשים נהנים מחיזוק מיוחד כל שבוע

גם אני רוצה

## טיפים לחיים מלאים בשלוות הנפש מתוך אמונה ובטחון



הרב יהודה שוילי שליט"א  
מחבר הספר נחלת יהודה על הש"ס,  
והספר שלוות הנפש באמונה ובטחון

**1.** ישנם הרבה אנשים שיגידו שהם מאמינים בהשם, אבל אין להם אמונה אמיתית, כיון שאמונה אין פירושה רק לדעת שיש בורא לעולם. אלא לדעת שמי שברא את העולם מנהיג אותנו ואוהב אותנו אהבת עולם! זה אמונה אמיתית.

**2.** האמונה בה' היא קודם כל בשבילנו, כשאדם יודע שיש לו 'כתובת' לכל דבר, בין בזמנים טובים להודות לה', ובין בזמני קושי, כשאדם יודע שיש לו כתובת למי לפנות ולפני מי לשפוך שיחו, הוא רגוע ושלו.

**3.** עלינו לדעת שהקב"ה רוצה שענינו יהיו נשואות אליו ית"ש, שנהיה מחוברים אליו באמת, כמו שאמרו חז"ל רחמנא ליבא בעי. אדם צריך להפנים ולהחדיר לעצמו את ההבנה וההרגשה העילאית שהוא זכה מבין כל המליארדים שיש בעולם, להיות מהעם הנבחר, להיות בנו חביבו של מי שברא את העולם, ובזמן התפילה יש לי "פגישה עם המלך שהוא כל יכול!".

המשך: טיפים לחיים מלאים בשלוות הנפש מתוך אמונה ובטחון

**4.** הדבר העיקרי שעל ידו ניתן לזכות להגיע לדרגת אמונה אמתית, הוא פשוט ע"י "התבוננות" להתבונן על כל הטוב שהשי"ת מביא לנו, גם מהדברים שנראים לנו כ"כ פשוטים וטבעיים, ולדעת שהקב"ה מביא לנו הכל בחסד וברחמים גדולים ולא מחמת שמגיע לנו, או מחמת מעשינו הטובים. כשנתבונן בזה נראה את גודל אהבת השם אלינו, ונחזיר לו אהבה עצומה.

**5.** לא צריך לעבור קשיים כדי להעריך את החיים ואת כל הטוב שה' משפיע עלינו, בשביל מה האדם מחכה שיבוא ח"ו קושי כדי לעורר אותו, אנחנו צריכים להתבונן בכל הטוב שה' נותן לנו בחסד וברחמים ולהודות לו.

**6.** יש בדורות הללו הרבה פחדים לאנשים, התרופה הטובה לזה הוא להתחזק באמונה שהשם טוב מושלם, מקור הפחדים זה חששות לא טובים. והרי הכל זה ממנו יתברך, והקב"ה לא יעשה דברים לא טובים, החששות הם לחינם, ולכן יש לחשוב רק טוב על השם יתברך.

**7.** הכח שמחזיק את עם ישראל הוא "כח האמונה", כמו שהיה אצל מרגלית מגדיש תחי', שביתה היתה חטופה בעזה, ויום לפני הנס הגדול שבס"ד שיחררו אותה, היא הפרישה חלה והתפללה לקב"ה, ותוך כדי התפילה כשהיא בוכה בדמעות, היא אמרה לקב"ה "ה' אני אוהבת אותך". אמונה זה קשר עמוק בלב שלנו - קשר של אהבה לבורא.

המשך: טיפים לחיים של "שלוות הנפש" מלאים באמונה ובטחון  
**8.** אנו מחליטים אם לחיות בעולם הזה בגן עדן או בגהינם חלילה. האדם יכול לבחור להתמקד בטוב שבחיים, ולדעת כי ה' הוא רק טוב ודרך הטוב להיטיב, או לחשוב שלילי ולראות את 'החסרונות' שבחיינו, ועל ידי כך הוא רק ינבול ח"ו.

**9.** עיקר מה שמשפיע על רגשות האדם זה המחשבות שלו, והיכן שמחשבותיו נמצאים שם האדם נמצא. ולכן חשוב למקד את המחשבה בדברים טובים.

**10.** כתב רבי נתן לבנו "וכשם שראית שדאגתך בענין זה הייתה לחינם, כך תדע שכל דאגותיך ופחדיך כל ימי חיך היו לחינם". ע"כ אם אדם יסתכל על הדאגות שהיו לו בעבר, ויספור כמה מהדאגות אכן התקיימו, יהיה נוכח לגלות שלמעלה מתשעים אחוז (ואף יותר מכך) מהדאגות כלל לא התקיימו, ולחינם חשש ודאג... נתמלא אמונה ובטחון ונזכה להתחבר להשם, ולהיות בשלוות הנפש.

למאמר המלא



להזמנת הספר "שלוות הנפש" ובו הרבה מאמרי חיזוק, וביאור מידת האמונה והבטחון, תפילה והודיה. וכלים להתמודדות עם אתגרי החיים:

[y0774017828@gmail.com](mailto:y0774017828@gmail.com)

שאלה אחת?  
 תשובה אחת?

שאלה מהפרשה, עם מסר שנשאר איתך



שיחה חדשה מהרב מנחם ריביץ:

# איך מקבלים החלטות?

איך יודעים מה נכון?

איך מתגברים על התלבטויות?

ואיך לא מוותרים למרות הקשיים?

**שיחה מעצימה לחנוכה**

עם כלים מעשיים לבהירות  
ולפעולה נכונה

