

חיזוק סמכות הורית בשולחן שבת (חלק א')

שולחן השבת, כידוע, הוא אחד מרגעי השיא בשבוע המשפחתי, זמן שבו כל המשפחה מתכנסת. זמן אידיאלי לגיבוש משפחתי ולחיזוק הקשרים המשפחתיים.

לצד הציפיות הגבוהות, עלינו להשגיח ששולחן שבת לא ייהפך חלילה ל"חרב פיפיות". סביב שולחן שבת עלולים להתפתח מתחים, ויכוחים ואפילו מריבות. כדוגמת: מי יישב על יד האבא, מי יקבל ראשון מהיין, הוא קיבל חתיכה גדולה יותר מפרוסת "המוציא", מתי מותר לקום מהשולחן ועוד.

כשאינן כללים וכיוון ברורים, סעודת שבת עלולה להפוך ממרכז של אחדות למוקד מתח. ועל כן חשוב להדגיש את הצורך בהיערכות ובהובלה נכונה של שולחן השבת.

'סמכות הורית' מחייבת הגדרת גבולות ברורים גם בסעודת שבת. הילדים זקוקים לכללים ידועים מראש, המוגדרים בעקביות ובהסכמה בין ההורים. גבולות אלה יוצרים תחושת סדר ומונעים ויכוחים מיותרים.

משך הישיבה ליד השולחן, בפרט לילדים קטנים, לעיתים מורכבת, בודאי כשהסעודה נמשכת זמן רב. ממליץ מאד להגדיר מראש פרק זמן מינימלי (חשוב שיהיה זמן ריאלי) שהילדים מחויבים לשבת ליד השולחן. לאחריו יוכלו לקום ולשחק בצד. כדוגמת קימה לאחר המנה הראשונה. בצורה זו הילד/ה יודעים ומבינים את ה"גבול". הגדרה שכזו תוחמת את הזמן ומונעת מטר של שאלות "מתי כבר נגמור?" ומלמדת את הילדים משמעת עצמית במסגרת זמן סבירה.

בשבוע הבא נמשיך ונעסוק בע"ה בחיזוק סמכות הורית בשולחן שבת. ועד אז שתהיה לכולנו שבת רגועה ובשורות טובות.

הרב חגי ולסקי

אם נהנתם, מוזמנים להעביר למכריכם, שיהנו גם הם. מוזמנים להמליץ למכרים להצטרף למנויים הרבים שמקבלים כלים המסייעים להפוך את השבת לחוייה משפחתית מיוחדת, בקישור

<https://chat.whatsapp.com/FzKpbv5NCvK5aIFO9qJSBn>

לקבלת רעיון יומי לפרשת השבוע, שיעשיר את שולחן שבת, ניתן בקישור

<https://chat.whatsapp.com/EUVR197VITp8LQMjx429Uc>

מעוניינים לקבל כלים נוספים לניהול שולחן שבת?

מוזמנים לחוץ על הקישור <https://shaalti.my.canva.site/dagnuycgmgm>



הרב חגי ולסקי – מרצה ומחבר ספרים

נייד 052-9453811 / מוזמנים לבקר באתר שלנו <https://shaalti.co.il>

לפרטים אודות ספרי תורתך שאלתי, בקישור <https://did.li/fyHCN>

'תורתך שאלתי' – הספרים שיעשירו וירוממו את שולחן השבת שלכם