

הסתגלות למערכת החינוכית

להורים שלום!

אנו מברכים אתכם על הצטרפותכם למסגרת המשפחתונים ומאחלים לכם ולילדכם שנת לימודים מוצלחת. עם תחילתה של שנת הלימודים להלן מספר מילים על תהליך הפרידה והקליטה של ילדים במסגרות חינוכיות.

הסתגלות למערכת החינוכית

הכניסה למערכת החינוכית הינה שלב חשוב בהתפתחותו של הילד, בו הילד חווה הרפתקה חדשה, בה יכיר מבוגר משמעותי נוסף, חברים חדשים, חוויות, משחקים ופעולות מאתגרות ומעניינות.

הכניסה למסגרת החינוכית מלווה בתהליך פרידה מההורים, יציאה מהמקום המוכר והבטוח לצורך הסתגלות למסגרת החדשה.

זו לא פרידה ראשונה שהילד עובר. פרידה היא חלק בלתי נפרד מחיינו ולכן תהליך הפרידה וההתמודדות עימה היא חלק חשוב להתפתחות הילד ולביסוס בריאותו הנפשית והרגשית.

הילד נפרד פעמים- בבוקר מהבית ומההורים, ואחה"צ מהמשפחתון, המטפלת והילדים.

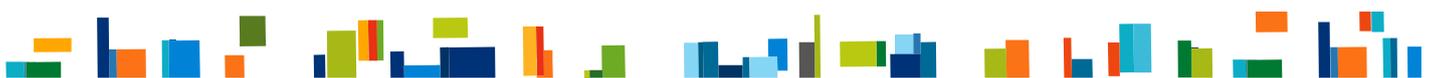
בכל תהליך של פרידה נדרשת הסתגלות. פרידה זו לא הסתגלות ויש להבדיל ביניהם: קושי בפרידה מההורים אינו בהכרח קושי להסתגל למסגרת החינוכית.

ילדים שונים יגיבו באופן שונה על תהליך ההסתגלות. יש המרבים לבכות, לבעוט ולצרוח כאשר משאירים אותם עם מטפלת לא מוכרת, לעומת ילדים אחרים הממעטים בפעילות, אינם אוכלים ומתקשים להרדם בתקופת ההסתגלות ויש שהסביבה החדשה תרתק אותם ויביעו נכונות רבה להגיע למקום החדש, לשחק בכל הצעצועים ואולי אם בכלל רק לאחר מספר ימים יביעו מחאה.

למרות הקשיים האופייניים לתקופת ההסתגלות, מרבית הילדים מצליחים להתגבר על מכשולי ההתחלה, קושרים קשר חיובי עם המטפלת לומדים ונהנים.

על סגנון הפרידה משפיעים:

- עצב כן ואמיתי עקב פרידה מההורים שהם מקור הביטחון העיקרי של הילדים בגיל זה
- מס' אנשים איתם בא הילד במגע ואופי היחסים עימם
- התנסויות קודמות בפרידה
- הבדלים בהתפתחות ובהבנה
- תחושת אי ודאות וקושי בתחושת ניבוי הזמן לגבי מועד החזרה של ההורים.
- הבדלי טמפרמנט ודרך ההסתגלות לשינויים
- רגשות ההורים כלפי המסגרת והפרידה- העברת תחושות חרדה והססנות מפני הפרידה למול השלמה וביטחון בהחלטה להכניס את הילד למסגרת החינוכית.



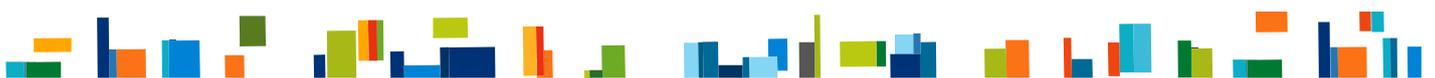
המלצות לתהליך ההסתגלות:

הכנה מוקדמת- הכרות עם המשפחתון:

- **בחירת המשפחתון** – קבלת מידע על המשפחתון, מנהלת המשפחתון, נהלים, גישה חינוכית ומקצועית, סדר יום, פעילויות, תזונה, בטיחות, ציוד ומשחקים ועוד.
- **העברת תחושת ביטחון לילד** - ביטויי רגש חיובי למקום החדש וכלפי מנהלת המשפחתון יעבירו לילד מסר כי ההורה בטוח בבחירתו ובחוויה החיובית והמהנה המצפה לילדו.
- **הכנה מוקדמת-**
 - א. **המשפחתון** - ניתן להראות לילד את המשפחתון מבחוץ, לפני תחילת שנת הלימודים, להראות את הדרך וסימנים מיוחדים במסלול ההליכה או הנסיעה.
 - ב. **חברים** – מפגשים עם ילדים המיועדים לבקר במשפחתון לצורך הכרות מוקדמת.
 - ג. **תיק** - להכין את התיק, הציוד וחפץ מעבר ביחד עם הילד.
 - ד. **ספרות ומשחקים** – ניתן לקרוא ספרי ילדים או שירים הקשורים להליכה לגן ולשחק במשחקי תפקידים עם בובות תוך המללת הפעולות והרגשות המתלווים לכך.
 - ה. **משחקי קוקו ומחבואים** – כתרגולת ל"קביעות אובייקט" – ההבנה כי ההורה או חפץ ממשיכים להתקיים גם כאשר לא רואים אותם.

עם כניסת הילד לגן:

- שיתוף פעולה**- הסתגלות מוצלחת מותנית בשיתוף הפעולה שבין מנהלת המשפחתון וההורים ובהבנת הצורך בתהליך הדרגתי וההבדלים בין הילדים.
- בשלב ההיכרות עם המסגרת החדשה חשוב שההורים יפעלו על פי **ההמלצות וההנחיות של מנהלת המשפחתון**.
- פרטים על הילד** - מסירת פרטים על הילד יסייעו למנהלת המשפחתון להכיר את הילד: העדפות לגבי אוכל, פעילויות ומשחקים, הרגלים, חפצים אהובים, הרגלים שקשורים לעשיית צרכים ולשינה, כמו גם יידוע לגבי חששות של הילד (פחד מרעשים, רתיעה ממגע בחומרים מסויימים כמו דבק), רגישויות או מחלות.
- הכרות עם המשפחתון** – ביום הראשון הכירו לילד את מנהלת המשפחתון, ערכו סיור משותף במשפחתון וערכו הכרות עם הפינות השונות, המשחקים, השירותים, המגרות האישיות, החצר ועוד. אפשרו לילד לחקור ולשחק לבד כאשר אתם משמשים עבורו בסיס ביטחון. הסבירו לו למי לפנות כאשר יזדקק לעזרה.
- הימנעות משינויים** – רצוי לא לתכנן שינויים נוספים בסביבתו של הילד בתקופת ההסתגלות, כתהליך גמילה מחיתול, מוצץ או בקבוק, מעבר מיטה וכד'



המלצות לתהליך הפרידה:

פרידה הדרגתית - על הורים להיערך (במקום העבודה) לפרידה הדרגתית מהילדים על פי הנוהל המקובל במשפחתון ועל פי הצורך של הילד. אין זה מציאותי לצפות שהילד ישאר ברצון עם מטפלת זרה כבר אחרי המפגש הראשון. חשוב להכיר לילד את מנהלת המשפחתון ואת המסגרת החדשה בהזדמנויות אחדות בפרקי זמן קצרים תוך שמירת קשר עם המטפלת.

ממי הילד נפרד ביתר קלות – אבא, אמא, מטפלת, סבתא, - ליווי הילד מאדם זה יכול להקל על הפרידה בבוקר. **ציפיות ריאליות** והבנה רגשית- קבלת הבכי והמחאה- בכי מבטא קושי אמיתי, יש להתייחס לכך בהבנה וסבלנות ולשקף זאת במילים לילד: "אני רואה שקשה לך היום (אמפתי), אני בטוחה שעוד מעט תירגע עם... (מנהלת המשפחתון) ותהנה לשחק עם המכוננית שאתה אוהב (מסר המשדר אמונה ביכולותיו של הילד). **ילדים שונים זה מזה** ברגישויותיהם ובהתנהגותם, אין להשוות אותם לחבריהם או אחיהם. **חפץ מעבר**- ניתן להקל על הילד על ידי הבאת חפצים אהובים: דובי, חיתול, שמיכה וכד'. **אמירת שלום לילד** - חשוב שההורים "ימסרו" תמיד את הילדים למטפלת ויפרדו מילדיהם לפני שהם עוזבים, גם אם הדבר כרוך בבכי. בדרך זו, למרות הצער שהם חשים, לומדים הילדים לתת אמון בהוריהם. "בריחה" מהילדים, ללא פרידה, גורמת לחוסר אמון בהורים ומגבירה את הבכי בניסיונות הפרידה הבאים. **טקס פרידה ומעבר** – טקס קצר בעת ההליכה לגן וגם בעת הפרידה כמו נשיקה, נפנוף דרך החלון, או חיבוק מיוחד.

פרידה חד משמעית - חשוב לא לבלבל את הילד בפרידות מתמשכות ומהוססות (חזרה נוספת למשפחתון עם השמע בכיו של הילד), בהם הילד קולט את הקושי והססנות של ההורה ומגביר את הקושי בפרידה. כשהחלטתם להיפרד יש להעביר את הילד למטפלת לומר שלום ולצאת. **חוויות של יכולת והצלחה** - אפשרו לו לשחק במשחקים מוכרים ולהתנסות בחוויות של הצלחה.

כל ילד מסתגל בקצב האישי שלו ובדרכו הוא יגיע להשתלבות למסגרת וילמד להנות ממנה. במרבית המקרים הכוחות הבריאים של הילד והוריו, המסגרת התומכת של המטפלת והזמן עושים את שלהם.

בהצלחה ושנת לימודים פוריה ומהנה

אנו נמצאות לרשותכם ומוכנות לשמוע רעיונות, הצעות, שאלות או בירורים.

רכזות המשפחתונים

דניאלה שחר
טל' 7240957

מאיה לידרור
טל' 7249504

איריס לוי
טל' 7249528

שוש גולן
טל' 7246429

shachar_d@mail.tel-aviv.gov.il

lidror_m@mail.tel-aviv.gov.il

levi_iris@mail.tel-aviv.gov.il

golan_s@mail.tel-aviv.gov.il

