



כניסה למסגרת חינוכית פרטית

יעל זיידמן, M.A. ייעוץ חינוכי לגיל הרך

מעבר מהבית למסגרת פרטית טומן בתוכו הרבה חששות, דאגות, מחשבות, תהיות לצד התרגשות וציפייה. כל הרגשות הללו טבעיים, הגיוניים וחוזרים אצל כל ההורים. מטרת המאמר הינה לסייע לכם ההורים להפחית את הרגשות השליליים ולחזק את הרגשות החיוביים, אשר ייתנו לכם ולילדכם את הכוחות והביטחון לעבור את תקופת ההסתגלות על הצד הטוב ביותר.

ברוב המקרים הפעוט נכנס בפעם הראשונה למסגרת חינוכית אחריי אחת מהתקופות הבאות:

1. אחריי שהיה עם אימא בבית (בזמן חופשת לידה של האם).
2. אחריי תקופה אצל מטפלת (בבית התינוק או בבית המטפלת).
3. אחריי שהיה אצל מטפלת/ משפחתון שטיפלה באותו הזמן בעוד כמה תינוקות.
4. אחריי שסבתא או מישהו אחר בעל קרבה משפחתית טיפל בו.

מה שמשותף לכל האופציות שניתנו כאן זה העובדה שהתינוק עד כה חווה מסגרת המתמקדת בטיפול בו, מסגרת שלא נמצאת בסביבה זרה, מסגרת שלא כוללת צוות של כמה אנשים המטפלים ודואגים לו, מסגרת שלא נמצאים בה מספר גדול (יחסית) של תינוקות יחד. חשוב להבין את הנקודות הללו, בכדי להבין את השינוי שהתינוק חווה ומדוע חשוב שההורה יהיה ער לצרכים של התינוק ולסימנים שהוא מאותת בעת ההסתגלות.

חשיבותה של הכניסה וההשתלבות במסגרת חינוכית:

הכניסה למסגרת החינוכית מלווה ביתרונות רבים וחשובה מאוד להתפתחות התינוק בתחומי התפקוד השונים (מוטורי, שפתי, קוגניטיבי, רגשי והתנהגותי). בעת הכניסה למסגרת התינוק לומד להתמודד עם מושג הפרידה, הוא לומד להבין את המשמעות של פרידה לטווח קצר (ההורה נפרד ממנו בבוקר ונפגש עמו שוב בסוף היום), הוא לומד לחוות ולבטא את הרגשות המאפיינים תהליך פרידה. כמו כן, הכניסה למסגרת מפגישה את התינוק עם קשת רחבה של אנשים, תינוקות, גירויים, פעולות ומצבים. כל אלו מסייעים לתינוק להכיר את העולם וכיצד מתנהלים בו. בחלק הזה תיאוריית הלמידה החברתית תופסת חלק נכבד וחשוב, שכן התינוק מסתכל על הסביבה ומחקה אותה, כמו גם שקבוצת השווים (בני גילו) מגבירה את המוטיבציה של התינוק להתפתח ולהיות כמוהם.

מהם הגורמים העשויים להקשות על התינוק/ילד בהתמודדות עם המעבר?

פחד מנטישה: קיים עדיין אצל ילדים רבים הקושי לעזוב את האם ובעקבותיו הפחד להיעזב. ההורים מהווים את מקור הביטחון העיקרי של הילדים בגיל זה ולכן הילדים נמצאים במצב של אי-ודאות וחשש שמא ההורים לא ישובו לקחת אותם הביתה. מידת התלות באם שונה אצל ילדים וקשורה בין היתר בניסיונותיהם במשפחה, התנסותם בפרידות עד כה ובמידת העצמאות והביטחון שפתחו.



הבדלים במאפייני הטמפרמנט: טמפרמנט מוגדר כמזג של האדם וכל תינוק נולד עם טמפרמנט הייחודי לו. הטמפרמנט מורכב לרוב מגנטיקה של ההורים. הטמפרמנט איננו תכונה אחת בלתי משתנה אלא סט של נטיות/תכונות איתן נולד האדם. סט התכונות ממנו מורכב הטמפרמנט הינם: רמת פעילות מוטורית, קצב ביולוגי; נטייה להתקרבות או הימנעות במצבים חדשים; הסתגלות לשינוי; עוצמה של תגובה, רגישות לגירויים; מצב רוח (חיובי או שלילי); נטייה להסחת דעת והתמדה בהשגת מטרות. ילדים יכולים להיות ברמה גבוהה, נמוכה או בינונית בכל אחת מהקטגוריות הללו ולכן ילד בעל רמה נמוכה של קצב הסתגלות לשינויים יחווה את הכניסה למסגרת כחוויה קשה וההסתגלות שלו תהייה איטית. דוגמא נוספת, ילד בעל עוצמת תגובה גבוה יפגין תגובות בעוצמה חזקה (כי זה מה שהוא מכיר ויודע לעשות) והסביבה תפרש את זה כבכי היסטרי ולחץ כשבפועל עוצמת הבכי במקרה הנ"ל לאו דווקא מעידה על המצב הרגשי שהילד נתון בו. לפיכך על ההורים להיות ערניים למאפייני הטמפרמנט של ילדם ולהגיב בהתאם לכך.

רגשות ההורה לגביי המעבר: המסר והתחושות שההורה יעביר לילדו בנוגע למסגרת יהיו המסר והתחושות שהילד יפגין כלפיי המסגרת בזמן ההסתגלות. אם ההורה יבטא את חששותיו גם אם לא יאמר זאת, אך תנועות הגוף שלו והאופן בו הוא מחזיק את הילד ומוסר אותו לצוות יבטאו זאת, הילד יתקשה להיפרד מההורה ואף יבכה בעת הפרידה. חשוב מאוד שההורה יהיה מודע לתחושותיו השליליים, יתעמת איתם, יעשה עבודה עצמית על מנת להתגבר עליהם בכדי שהמסר והתחושות שהוא יעביר לילדו יהיו חיוביים ומלאים בביטחון ואמון במסגרת.

תקופה של שינויים ומעברים בבית: בשבועות שלפני הכניסה למסגרת וכן במהלך החודש הראשון, רצוי לא לערוך שינויים בלתי הכרחיים בסדר היום ובהרגלי החיים של הילד: לא לגמול מחיתולים, מבקבוק וממוצץ, לא להעביר ממיטת תינוק למיטת נוער או להחליף ריהוט בחדר וכדומה...

סדר יום: ילד שנכנס למסגרת המגיע עם רקע ללא סדר יום במסגרת הביתית, יחווה קושי בקבלת סדר היום החדש, זאת לעומת ילד שכבר מכיר סדר יום, מבין את הרוטונה של זמני אוכל, משחק ושינה במהלך היום.

אי התמצאות פיזית- גיאוגרפית בגן החדש: אי-הכרת הגן מבחינה פיזית מעוררת חרדה. המבנה, שלמבוגר נראה פשוט וקל להכרה, איננו תמיד כזה עבור הילד. גם אנו המבוגרים איננו מרגישים בנוח כשאיננו מצליחים למצוא את דלת הכניסה או היציאה במקום חדש, השירותים וכו', על אחת כמה וכמה ילד קטן חסר ניסיון.

כיצד ניתן להקל עליכם ועל הפעוטות בעת ההסתגלות למסגרת חדשה?

לדבר על השינוי: המוכנות לקראת השינוי כוללת הכנה הדרגתית. עליכם לדבר עם הילד על השינוי וליצור אצלו קונוטציה חיובית. מטרת השיחה, לקראת המעבר, היא להרגיל את מחשבתו של הילד למקום החדש, לחברים החדשים, למשחקים וליצור ציפייה לקראת המעבר. ככל שעולה הגיל, כך יכולת ההפשטה של הילד גדלה, מה שהופך את השיחה ליותר ברורה ומשמעותית.



הכרות עם הצוות: הצוות מהווה דמות עיקרית ומשמעותית בחיי הילד, איתם הוא יבלה שעות רבות במהלך היום. כדי לבנות את התשתית הרגשית בין הצוות לילד, דאגו לדעת מי הצוות, שוחחו עימו, ספרו על עצמכם ועל ילדכם ותבססו ערוץ תקשורת חיובי ונעים. בעקבות כך, תוכלו לספר לילדכם על הצוות, לתת לו תחושה טובה שאתם מכירים את הצוות וסומכים עליו.

להכיר לילד את המרחב במסגרת: כדי "להרגיש בבית" ולספק לפעוט תחושת ביטחון, עלינו להכיר לו, עם כניסתו למסגרת, את מרחבי המקום. יש לאפשר לו להסתובב ולהיכנס לכל חדר, להכיר לו את השירותים, המטבח, החצר, המגרה אישית, המתלה לתיק ועוד. לאחר שעשיתם הכרות עם המקום אפשר גם למצוא משחק שהוא אוהב ולשחק יחד.

היכרות עם הדרך לגן: מומלץ להכיר לילד את המסלול מהבית לגן. אם הדרך תתבצע ברגל, אפשר להסב את תשומת ליבו לפריטים מיוחדים בדרך: עץ מעניין, גינה מיוחדת, חנות... קראו בשם הפריט. כך תהפוך הדרך אל הגן לשגרה מוכרת וידועה. אם תיסעו במכונית לגן, תוכלו ליצור שיגרה ע"י התבוננות מבעד לשמשת החלון: גדר צבעונית, מבנים מעניינים, תוך ציון שמם ותיאורם- העיקרון הוא יצירת שגרה שתספק ביטחון לילד בעת הליכה/נסיעה למסגרת.

יצירת קשר עם ילדים אחרים מהמסגרת: כדי שילדכם יראה פנים מוכרות וירגיש טוב בתקופת ההסתגלות, כדאי להפגיש את הילד עם ילד או שניים. שנמצאים איתו באותה קבוצה במסגרת.

ספרות ילדים: בשנים האחרונות נכתבו ספרי ילדים רבים בנושא פרידה וקליטה בגן הילדים, וניתן להשתמש בטובים שביניהם כאמצעי עזר להסבר אודות המשמעות של כניסה למסגרת והתחושות שהיא מציפה.

חוסן רגשי של ההורה: חשוב שההורה יהיה חדור ביטחון, אמון ואנרגיות חיוביות כלפיי הכניסה למסגרת. ביטויי תחושות אלו חשוב בעיקר בעת הפרידה. על ההורה להיות מודע לפעולות ולתגובות שלו, לבחור בתגובה המותאמת לצורכי הילד ולא להיכנע לצרכיו הרגשיים כהורה. תהליך ההסתגלות יהיה הרבה יותר קל לילד אם ההורה רגוע ושלים עם החלטתו לגבי בחירת הגן המתאים. הורה כזה ייתן אמון בצוות הגן וביכולתו של הילד להתמודד.

הדרגתיות בתהליך הפרידה: כשמביאים את הילד בבוקר בימים הראשונים, רצוי להישאר עימו מעט ולתת לו אפשרות לשתף את ההורה במשחק או בפינה כלשהי (4-5 דקות). השהות הקצרה עם הילד בגן, יכולה להימשך מספר ימים (מתאים לימי ההסתגלות). על מנת לא להקשות על תהליך ההסתגלות של הילד לגן וכן לא להקשות על עבודת הצוות, יש לצמצם מיום ליום את זמן שהותו של ההורה, ולהגיע למצב של טקס קצר וקבוע: להיכנס לגן ביחד, לתלות את התיק, לתת נשיקה, לומר שלום, להיפרד, לנפנף לשלום וללכת. טקס קצר ישדר לילד תחושת אמון ביכולותיו להתמודד עם המציאות.



פרידה ברורה: הכרחי שההורה ייפרד מילדו לפני שהוא עוזב, גם אם הדבר כרוך בבכי קורע לב. בדרך זו, למרות הצער שהם חשים, לומדים הילדים לתת אמון בהוריהם. "בריחה" מהילדים, ללא פרידה, חוסכת מעט בכי בטווח הקצר, אך קוצרת מחיר יקר בטווח הארוך. הילד יחשוש שההורה עלול להיעלם לו בכל רגע ויגביר את בכיו בניסיונות הפרידה הבאים. ולכן, יש להכין את הילד ולומר לו בפשטות: "אני הולך ואחזור אחר כך לקחת אותך הביתה". לעומת זאת, חשוב גם לא לבלבל את הילד בפרידות קצרות ומהוססות: יציאה מהחדר, חזרה וחיבוק עם השמע בכיו של הילד, שוב יציאה וחוזר חלילה. במקרים אלה, אתם משדרים הן לילד והן לצוות, שאינכם סומכים על יכולתם ועל כוחותיהם להתמודד עם המציאות החדשה.

בסוף היום: רצוי שבתקופת ההסתגלות שיהיה אדם קבוע שיגיע בזמן לקחת את התינוק/ילד בתום יום הלימודים. אם זה לא אפשרי אז שתי דמויות או לפחות דמויות שהן מקרבה ראשונה, מוכרות לתינוק/ילד ומשמעותיות עבורו.

מסירת מידע (!!!): אחת הנקודות הכי חשובות! על ההורים למסור לצוות את מירב הפרטים אשר יסייעו לו להכיר את הילד: העדפות לגבי האוכל, פעילויות ומשחקים, הרגלים, חפצים אהובים, שינה, אלרגיות/רגישויות, בעיות רפואיות, עניינים משפחתיים (לדוגמא: גירושים) ומחלות.

כל ילד הוא אישיות בפני עצמה: לא להשוות בין ילדים, בין אחים שונים באותה משפחה. ילדים שונים זה מזה ברגישויותיהם ובהתנהגותם ועל כן, ניתן לכל ילד וילד את הזמן הדרוש להסתגלות.

רגרסיה וצורך להיצמדות: ייתכן ובעת תקופת ההסתגלות למסגרת הילד יבטא רגרסיה בהתנהגות שלו: קושי לשלוט על עשיית צרכים, הפגנת כוח ושליטה (מאבקי כוחות ובדיקת גבולות, דרישה ליחס ותשומת לב שלילית, דרישה לקבלת חום ואהבה באופן מוקצן מהרגיל, קשיים בשינה בלילה, רצון להיות צמוד וקרוב לאמא ועוד. אל תכעסו על הילד בשל הרגרסיה והצורך שלו בקרבה אלינו. הקרבה הפיסית להורה הינה הדרך של הילד למלא את המצברים הרגשיים שהתרוקנו במשך היום. כמו כן, הרגרסיה זה רק משהו חולף וברגע שהילד יסתגל לגן וירגיש ביטחון ואמון בצוות ובמקום, הכל יחזור לקדמותו.

חיזוקים חיוביים: חזקו את ילדכם על ההתמודדות, חשוב להחמיא לו על כך שהצליח להישאר לבד כל היום.

לחשוב חיובי ולדבר חיובי: התעניינו רק באספקטים החיוביים שיש במסגרת – שאלו את הילד במה הוא שיחק ומה עשה ולא שאלות שליליות כמו: האם הרביצו לך היום?

לסיום, אני מאחלת לכם ולילדכם הסתגלות קלה, מהירה ומצלחת!