



להתחבר מחדש

ניהול שיחות רגישות, אכפתיות ומקצועיות עם ההורים כחלק מהתמיכה בהם בתהליך השיבה הביתה

נשות ואנשי חינוך יקרים

ברוכים השבים לביתכם, לקהילתכם, למקום שלכם. כחלק מתפקידכם אתם מלווים את הורי הכיתה והגן בתהליך שהם חווים (בדומה לכם). מי כמוכם יודע, מרגיש ומבין עד כמה נדרשת הבנה, רגישות ותמיכה בתהליך הפרידה מהקהילה הזמנית ובתהליך השיבה הביתה.

עם חזרת המשפחות לבתים, לקהילה ולמסגרת החינוכית, חשוב מאד לחזק ולבנות מחדש את הקשר והשותפות החינוכית עם ההורים כדי להעביר מסרים של אכפתיות ונוכחות.

כצעד ראשון, מומלץ לקיים מפגשים עם ההורים – הן כלל הורי הכיתה או הגן והן מפגשים פרטניים.

מפגש כיתתי או עם הורי הגן: סוף סוף!

אספת הורים שלנו, יחד

מטרת המפגש הכיתתי היא לייצר את החיבור מחדש של קהילת ההורים לכיתה, לבית הספר או לגן. נמליץ לצמצם את העיסוק בפרוצדורות, בטפסים או בעניינים טכניים (את כל אלה אפשר לשלוח מראש או לחלק מידע בתום המפגש)

אפשר להקדיש דקות אחדות לנושאים לימודיים, הודעות ועוד, וחשוב כמובן להשאיר זמן לשאלות ובקשות.

אך החשוב מכל ועיקר המפגש הוא החיבור לכוחות, לחוסן, לתחושת המסוגלות, ליחד, לערבות ההדדית, לשייכות ולכל אותם עוצמות הוריות בהן השתמשו ההורים למעלה משנה ושכעת עומדות לרשותם ויסייעו להם להסתגל מחדש תוך שהם מאמינים שבכוחם להשפיע לטובה על ההסתגלות של ילדיהם.

טרם המפגש חשוב לסדר את הכיתה או את הגן באופן נעים ומזמין, אולי במעגל כסאות אם ניתן. לדאוג לאווירה נעימה, לכיבוד קל ולכל מרכיב אחר שיקרב ויעניק תחושה של בית ובטחון.

אפשר להיעזר במפגש – "[להיות שמש - חיזוק החוסן ההורי](#)" או בחלקים ממנו על מנת לאפשר שיח מקרב, מחזק ואכפתי עם ההורים.

שיחות אישיות עם ההורים

באמצעות המפגש האישי והשיחה הפרטית אנו יוזמים קשר או מחדשים אותו. בעזרת השיחה אפשר אט אט להתקרב, להתעניין, להכיר את ההורים מקרוב, לברר מה עבר על המשפחה מאז נאלצו להתפנות מביתם, להתעניין במצבם כעת ולהבין למה הם זקוקים על מנת להסתגל באופן מיטבי.

ההורים שחזרו עם משפחתם לביתם זקוקים וראויים לאמפתיה, לרגישות ולאכפתיות לצד מסרים של תקווה וחיזוק תחושת הביטחון. נמליץ לקיים את מפגשי השיח פנים אל פנים אך אפשר גם בזום, בטלפון, והעיקר מתוך גמישות, התאמה והבנה לאפשרויות של ההורים ולעומס עמו אתם מתמודדים.

להלן מספר דגשים לכל סוג של שיחה:

עדיף להתכתב עם ההורה או המבוגר המשמעותי ולתאם מראש מועד לשיחה ולהסביר את מטרתה. ביום השיחה יש לדאוג לסביבה שקטה ומתאימה לשיחה פרטית.

יש להיערך לשיחה מבעוד מועד ולדאוג לתנאים נוחים – מקום ישיבה מסודר, אוירה נעימה, פרטיות. חשוב להסביר מראש מה מטרת השיחה וכמה זמן נקדיש לה.

מומלץ רק במידה שנבצר מההורה או המבוגר המשמעותי לשוחח עמנו. אפשר ליצור שאלון להורי התלמיד, אשר יאפשר להורים לשתף במידע רלוונטי. חשוב לזכור להתייחס לתשובות ההורים בשאלון ולהשתמש בהן בשלב זה או אחר.

במידה שהוחלט לערוך ביקור בית חשוב לתאם זאת מבעוד מועד עם המשפחה, לבדוק האם מתאים להם שנבקר, להודיע מראש מי יגיע ומה מטרת הביקור ולשאל מי יהיה בבית. ביקור בית מאפשר היכרות עם הסביבה הטבעית של הילד ותורם לקרבה בין איש החינוך לבין התלמיד ומשפחתו. במהלך הביקור ולאחריו חשוב מאד להתנהל בכבוד, לא לשפוט, להביע הערכה וכבוד כלפי המשפחה וביתם.

לאחר המפגש חשוב לעדכן את הצוות הטיפולי במידע שדורש את מעורבותם

ולחשוב יחד על מתן מענה מותאם לכל משפחה.

שיחת טלפונית

שיחת פנים אל פנים

שאלון

ביקור בית

מהלך השיח

דוגמאות למסרים ולשאלות שיכולים ללוות את השיח

ברכה חמה

ברוכים השבים, אני כל כך שמחה שחזרתם הביתה. ואני שמחה ש (שם הילד) חזר לכיתה/ לגן שלנו.

הצגת מטרת השיחה

חשוב לי ללוות אתכם בתהליך ההסתגלות והחזרה, ולסייע לילדכם ולכם. "אשמח לשמוע מה שלומכם ולדעת מה אוכל לעשות על מנת להקל את ההסתגלות שלכם חזרה הביתה, לכיתה/ לגן?"

הקשבה ושאלת שאלות פתוחות

באופן שיאפשר להורים לשתף במצבם ובדעתך, להביע ציפיות, צרכים, דאגות, משאלות...

התעניינות ובקשה לשמוע על מה שעבר על המשפחה עד עתה

"מה חשוב לכם שאדע על מה שעבר על הילד או על המשפחה שלכם בתקופה האחרונה?"

התעניינות ובקשה לשמוע על מה שעבר על המשפחה כעת

שאלות לפתיחת השיח: איך אתם מרגישים עם החזרה הביתה? אילו מחשבות נושאים מעסיקים אתכם בעקבות כך? איך אתם מתמודדים עם השיבה הביתה? איך הילד מתמודד עם השינוי? האם יש דברים מיוחדים שאתם שמים לב אליהם? מה יוכל לסייע לכם ולילדכם להרגיש בטוחים ומוגנים?

הכרה באתגר לצד חיזוק תחושת החוסן

זו תקופה של הסתגלות, גם לכם וגם לילדכם. המעבר חזרה יכול להביא אתו רגשות מעורבים – שמחה, הקלה, אבל גם חששות וקושי להתרגל לדברים מחדש. וזה לגמרי טבעי."

שאלות להעמקת ההבנה

האם אתם רואים שינוי בהתנהגות או בתחושות של ילדכם מאז החזרה? איך ילדכם מגיבים לחזרה לשגרה לבית, לבית הספר, לגן, לחברים? מה הדברים שמחזקים אותו ואתכם בתקופה זו? מה מאפשר לכם ולילדים להרגיש נינוחים?

מסר של תקווה וחזרה לשגרה בטוחה

"חשוב לי שתדעו שאנחנו כאן בשבילכם. אנחנו רוצים לעזור לילדים לחזור בהדרגה לתחושת ביטחון ושגרה רגועה. הם לא לבד – ויש להם סביבם מבוגרים שאכפת להם, חברים שחוזרים יחד איתם, ומסגרת יציבה שתומכת בהם."

שאלות לבניית תחושת שליטה וביטחון

מה הדברים שמעניקים לילדכם תחושת יציבות בימים האלה? איך אתם בונים יחד עימו את תהליך החזרה לכיתה או לגן? מה כבר סדרתם, ארגנתם, תכננתם? מה המעדים הבאים שאתם מתכננים לעשות בתהליך ההתמקמות של ילדכם ושלכם?

מה צפוי לנו בתהליך ההסתגלות?

נספר קצת על בית הספר והגן ועל מה שצפוי בתקופת ההסתגלות

נוודא שיש בידי ההורים את כל ההנחיות הנדרשות להיערכות

(כתובות, ציוד, הסעות, תלבושת) וכי ידם משגת לרכוש זאת. במידת הצורך נעזור להורים ליצור קשר עם גורמי הסיוע (יועצת, פסיכולוגית, עובדת סוציאלית)

נשאל שוב...

"האם יש משהו שחשוב לכם לשאול אותי, לבקש ממני או לספר לי?"

נסכם את השיחה

נציע דרכי קשר והתקשרות ונאחל הצלחה: "אני כאן בשבילכם, והצוות כולו כאן כדי לעזור. נמשיך להיות בקשר ולוודא שהמעבר הביתה יהיה כמה שיותר נעים ובטוח לילדים. אם תרגישו שאתם צריכים כל עזרה – אפילו קטנה, אל תהססו לפנות."

מסר אחרון

"חוסן נבנה מהתמודדות משותפת, מסביבה תומכת, ומהיכולת לראות קדימה. החזרה הביתה היא צעד חשוב ומשמעותי, ואנחנו מאמינים שאתם והילדים תמצאו מחדש את המקום הבטוח והשמח שלכם."

