

ב"קריאת כיוון" קוראים לכם לעזור לילדכם לכוון מסלול מחדש

זהו, החופש נגמר בס"ד בשלום, ניתן לעבור לנשום לרווחה. האם כולם מרגישים כך?

ומה עם הילדים שלנו ולא רק עם הילדים שבנו?

יש ילדים (כמו מבוגרים) שאוהבים שגרה, סדר ולהם טוב עד מאוד בתחילת השנה (ועוד יותר מכך בהמשכה כאשר כבר התרגלו לשינויים).

יש את ילדי "קריאת כיוון".

← מדוע ילד לקוי למידה המתקשה בקריאה/כתיבה / שפה/ חשבון/ הבנת הנקרא/ עיבוד מידע והרשימה ארוכה, ולעיתים יש "כפל מבצעים", ירצה לחזור למקום בו דורכים לו על היבולות ללא הפסקות?

← איך ילד עם "קפיצים" או אפילו "רק" רחפן [ADHD כמובן] יישב יום לימודים מלא בכיתה עמוסת גירויים ונטולת ריגושים?

← ויש את הילדים הלא מוגדרים [בינתיים, חכו ל-DSM הבא] אלו שאוהבים מרחב, חופש, שקט, או רעש...

← ומה עם העצמאים, הרגישים, שאת הגבולות והכתבות אינם אוהבים?

כמה הם במצוקה כאשר שנת הלימודים מתחילה! הילדים הרגילים ילמדו למרות בית הספר והילדים שלנו ילמדו בזכותך!

דרכים לסייע לילדים בחזרה לשגרת הלימודים:

← **הכנה באמצעות שיחה/ סימולציה/ תאטרון בובות/ ציור/ כתיבה** - הכנה היא תמיד הכלי להתמודדות עם משהו חדש קטן או גדול. החל ממעבר דירה ועד ביקור ברופא, אירוע משמח וחופשה משפחתית. ההכנה מונעת עמימות, פחד, לחץ וחרדה. גם אם הילד לא מתחיל מסגרת חדשה כמו כיתה א' אלא "רק" עולה כיתה מומלץ להכינו לפי רמתו, יכולתו ובאופן המועדף עליו. איך יראו הימים מעכשיו, מהות השינוי, סדר היום החדש, שיח סביב המחנך החדש/ חדר כיתה חדש או בניין שונה "כי אתם כבר גדולים" ואפילו הרגשות השונים המתעוררים בעקבות המעבר.

← **הזדהות עם הרגש- בלי וויכוחים** - כהורים, אנו רוצים שילדינו יהיו מרוצים. ולכן, אנו פעמים רבות נלחצים כאשר הם מביעים אי נחת. רוצים מהר ל"סדר את העניינים" ולגרום לילדינו להבין שהדבר הנכון ביותר כעת עבורם הוא ללמוד בבית הספר. כתוצאה מכך, כאשר הם מתחילים לשתף ולספר את חששותיהם, מורת רוחם וחוסר רצונם [הוסיפו עוד לרשימה] אנו נלחצים, מוצפים ולא פנויים לשמוע אותם, דבר שהם קולטים גם בלי מילים. ידוע כי המסר הבלתי מילולי נקלט פי כמה מהמסר המילולי ואם יש סתירה ביניהם ייקלט המסר הבלתי מילולי. לכן, מומלץ לשבת עם הילד, לנשום עמוק ולנסות להכיל את מה שאומר ברוגע ובלי בהלה. לרוב, זה הדבר הטוב ביותר עבורו [ומהווה הזדמנות לצמיחה עבורנו].

← **מתן לגיטימציה לרגש- אתה צודק! אתה צודק! אתה צודק!** רפאל לא הצליח להירדם בלילה שלפני תחילת שנת הלימודים. רפאל הוא ילד עם קשיים בוויסות החושי, קושי מהותי ביכולת להתרכז וכן, יש לו כתוצאה מכך בעיית התנהגות מורכבת. לצד זה, הוא חכם, מוכשר, רגיש ומודע לעצמו. רפאל שיתף את אבא בכל הטענות/ תלונות/ השגות/ רטינות וביקורת. אבא, שמכיר את הנפשות הפועלות [של ילדו ושל עצמו] הקשיב עד הסוף, לא נבהל ובסיום כל "סיפור תלונה" אמר לרפאל. "צודק!". האישור ניתן לרגש ולחוויה שהיא, כמובן, אישית. לאחר שרפאל הרגיש מוכל, רגוע וללא המטענים שישבו על ליבו בן התשע, הוא באופן עצמאי הצליח לחשוב ולומר על מרבית התלונות למה יש צד נוסף/ או למה אין מוצדקות/ למד כף זכות.

← **עידוד – סיפור, מקרה אישי, ההתמודדות שלי עם הקשיים שלי** - לא בזמן שילדנו משתף, אלא בזמן שהוא פנוי להקשבה, חשוב לשתף אותו בהתמודדות שלנו כילדים וניתן במינונים נמוכים מחיינו כהורים כיום. לא ממקום שהוא מכיל אותנו. ממקום שיש בו הבנה למצבו, כלים להתמודדות, חיבור לקושי, הומור וראיה של תהליך ארוך טווח.

← **הצצה אל החופשה הבאה** - מכירים את המבוגרים שחיים את לוח השנה? מסמנים אחרי כל חג את החופשה הבאה? זהו עוגן טוב לילדים, בתנאי שהחופשה הבאה לא מדי רחוקה... כי אומדן הזמן שלהם לא תמיד מפותח. אך, כהורים, הבה נהיה יצירתיים. אולי אחר הצהריים של ראש חודש יהיה "חופש"? [הליכה לגינה רחוקה/ פינת חי/ אטרקציה אחרת] או בימי שישי שעדיין ארוכים אולי נשלב משהו מריח וטעם החופש?

← **מתן חיזוקים ותמריצים** אין הכוונה ליצור התניה של "אם- אז" כי חובתו של כל ילד היא ללכת לבית הספר ואין צורך לתגמל על כך. אך, בלי לחבר בין הסיבה לתוצאה, פינוקים, חיזוקים ו"דלק" תורמים לכוחות ורעננות. ניתן לחבר בדיעבד "ראיתי שמאוד התאמצת לקום הבוקר ולהתארגן יפה, אני מעריכה זאת!" ולהוסיף לחיזוק החיובי חיזוק פיזי מתוק. זה גם יכול להיות חוג משמעותי, יציאה עם אחד ההורים, נסיעה לסבתא וכל מה שמתאים לכם ולילדכם.

← **העברת המושכות אל ילדנו. מדוע צריך ללמוד?** גם בתהליכי אבחון/ למידה השאלה הראשונה שאני מציבה לילדים היא: "למה?" כשיש לילד תשובות משל עצמו הוא מגויס ומחובר ללמידה.

← **העברת המושכות לילדנו – מה יעזור לך ללמוד?** בהמשך לעיקרון העברת המושכות לילדנו אשאל: מה יעזור לך ללמוד? הילדים הם המטפלים הטובים ביותר עבור עצמם ומפתיע לגלות כמה, אם רק נקשיב נכון, הם יוכלו להעשיר אותנו באסטרטגיות, מיומנויות, טיפים ללמידה מיטבית עבורם וגם "הדלק" המשמעותי להם.

בתפילה ובתקווה לשנת לימודים מוצלחת ומרווה בנחת

אתי רוזנצווייג- קריאת כיוון

מאבחנת דידקטית ומנחת הורים

אשמח לשלוח במתנה מאמר בנושא: "האמון" שיעשיר את הנושא ובס"ד ייתן כוחות

etikivun@gmail.com