

אמפתיה וחינוך: תמיכה בגיל הרך בעולם של מציאות מורכבת

Posted on 21 בדצמבר 2023 by שוש להב



ליאור קורנבלוט, שותפה מייסדת ומומחית פדגוגית בתחום הגיל הרך, בארגון ילדותא, מעניקה 10 עצות חשובות - איך להגיב? מתי להתערב ואיך לתווך את המציאות הקשה לגיל הרך

Categories: מה חדש?, ראשי

Tag: משפחה, אמפתיה וחינוך

ילדים פוגשים בחודשים האחרונים במציאות מורכבת. המצוקה המאפיינת את המצב הנוכחי - מלחמה, חשיפה לחדשות, תמונות וסרטונים - מחייבת התמודדות עם שאלות שעולות בגלל המצב, ומתן מענה מותאם הן של ההורים בבית והן של אנשי החינוך בגנים.

הגנה, עד כמה שאפשר, על הילדים שלנו מפני החשיפה הזו, חיונית לשימור רווחתם הרגשית. האחריות המוטלת עלינו, המבוגרים, היא ביצירת מרחב בטוח לגיל הרך, המאפשר להבין, לעבד ולנווט בתוך הזמנים המאתגרים. זאת, תוך אפשרות לילדים לשתף ולשאול, מבלי שאנחנו המבוגרים נציף אותם בתכנים מעיקים וקשים.

ליאור קורנבלוט, שותפה מייסדת ומומחית פדגוגית בתחום הגיל הרך, בארגון ילדותא, מעניקה לנו 10 עצות חשובות - איך להגיב? מתי להתערב ואיך לתווך את המציאות הקשה לגיל הרך:



הקשבה: הקשיבו והקדישו זמן ותשומת לב לשיחות בין הילדים, לשפה בה הם משתמשים, לפרשנות שהם נותנים לכל המידע שמציף אותם. התבוננות והעמקה בשיחות ביניהם, חושפת כיצד הם מפרשים ומעבדים את המידע שהם נתקלים בו. שימו לב למשחק שלהם: זהו צוהר לעולמם הרגשי. מעורבות אמפתית זו, מאפשרת הבנה עמוקה יותר של מחשבותיהם ומטפחת סביבה שבה הם נתמכים ומבינים.

השתתפות: המתנינו בתגובות ובתשובות מיידיות. על ידי המתנה בסבלנות לתשובותיהם, אנו יוצרים סביבה בטוחה לילדים, שבה הם מרגישים שהם יכולים להביע את עצמם בחופשיות. לעיתים קרובות, האינסטינקט שלנו הוא לפרש עבורם את הדברים, אך על ידי מתן מרחב לבטא את מחשבותיהם, אנו מאפשרים להם עצמאות וביטחון בביטוי עצמי.

תישאר נאמנים לאמת: ילדים הינם בעלי יכולת התמודדות מיום לידתם. בכל שלב המציאות מתקבלת בהתאם לשלב ההתפתחותי שלהם. כשנספר לילדים בני שנה וחצי או שנתיים, שהדג שלהם מת, הם יקבלו את המילה מת כפי שהיא. כשנספר לילדים בני חמש שהדג שלהם מת, סביר להניח שירדו דמעות או לפחות יחוו תחושת פרידה. התהליך הזה, שקורה בין גיל שנה וחצי לגיל חמש, קורה כשאנחנו מאפשרים לילדים לחוות את המציאות ומאמינים במסוגלות שלהם להחזיק מורכבויות.

החזירו שאלות לילדים: ילדים מעלים שאלות לגבי סביבתם או לגבי המצב. כשהם שואלים שאלות על המצב, כדאי ורצוי להפנות אליהם את השאלות בחזרה, לטפח דיאלוג, לבדוק מה וכמה הם יודעים? מה הם חושבים? ומה הם רוצים עוד לדעת? חשוב להכיר באיזה מצב הם נמצאים, לעודד אותם להשמיע שאלות נוספות, להיות איתם בנוכחות משמעותית.

העניקו בטחון: לכל משפט הצמידו משפט שמחזק את תחושת המוגנות. "האזעקות הללו הן כדי לשמור עלינו ונגיע למקום הכי מוגן שיש". "כיפת ברזל" זאת מערכת שלמה שמגנה מטילים כך שהם לא יוכלו לפגוע בנו". "התמונות האלו בגינה הם של אנשים שלקחו אותם/חטפו אותם ואנחנו עכשיו עושים כל שביכולתנו להחזיר אותם. בזכות המאמצים האלו חלקם כבר חזרו הביתה, למשפחות שלהם" אבל לא כולם ואנחנו רוצים שכולם יחזרו".

הכלה: ילדים חשופים לתכנים ולמידע שאינם בשליטתנו. חשוב להכיר ולקבל שהילדים, ללא קשר לגילם, נתקלים לעיתים קרובות במידע ותמונות שהם מעבר לשליטתנו. לכן, כאשר הם משחקים בטילים, מדברים על חמאס וכיו"ב, כדאי לעצור ולהיות נוכחים עבורם באותו רגע ולא להגיב בפאניקה או בהלה. על ידי היותנו רגועים ושלווים, אנו מספקים להם מרחב בטוח, שבו הם יכולים לחקור את מחשבותיהם ורגשותיהם ללא לחץ או חרדה.

יציבות: שמרו על רוטינות רגילות, גם בבית וגם בגן. סדר יום, חגיגת חגים, ימי הולדת ועוד. ובין לבין אפשרו לשאלות ולסוגיות לעלות על ידי הילדים.

אל תיזמו שיחות דרמטיות על המצב: תנו לילדים לנתב ולמדו מהם את הקצב. אין צורך להרחיב מעבר לידע ולשאלות שהם מעלים. שוב, הם חיים את המציאות כפי שהיא וכל הרחבה יכולה להאיץ את הקצב הטבעי שלהם.

הקדישו זמן אחת על אחד כמה שניתן: בגן ובבית מצאו את הרגעים הקטנים עם כל אחת ואחד מהילדים, למשחק אישי, לציור משותף, לחקר שמעניין רק שניכם. גם בבית מצאו את הזמנים שאתם מצליחים להניח את הטלפון בצד, להשתיק את ההתראות ולהיות בנוכחות משמעותית עם הילד או הילדה.

מודלינג: ילדים מתבוננים בנו, בפעולות ובמנגנוני ההתמודדות הרגשיים שלנו, ומעצבים את הבנתם איך לנווט את אתגרי החיים, מתוך ההערכה וההתבוננות. הם מפענחים דפוסי התמודדות, סופגים מידע ותגובות איך להתמודד עם המציאות, עם רגשות כמו עצב ופחד לצד רגשות כמו תקווה ואופטימיות. המודלינג שניתן להם יתווה את התגובה וכוחות ההתמודדות שלהם.

מוזמנים גם לבקר בקבוצת הפייסבוק שלנו 'טיול משפחתי בארץ ובעולם'