



## 6 הצעדים לפרידה נעימה בבוקר

נקרע לי הלב, עוד בוקר התחיל בבכי

השנה התחילה ואיתה גם הקושי והבכי להיפרד בבוקר ולהסתגל למסגרת החדשה.

תזכרו כי זהו שלב התנהגותי נורמטיבי לחלוטין והוא חלק בלתי נפרד מהתפתחותו התקינה של הילד. לכל ילד קצב שונה, כל ילד מבטא קושי בצורה שונה (בכי, סגירות, הצמדות להורה)

### מעניקה לכם באהבה את המדריך עם 6 הצעדים לפרידה נעימה בבוקר



לירז סנה אור | עובדת סוציאלית ומדריכת הורים | נייד: 050-9034430

מייל: [liraz.seneor@gmail.com](mailto:liraz.seneor@gmail.com)

[www.lirazseneor.com](http://www.lirazseneor.com)



## 1. מאחורי כל ילד שמאמין בעצמו נמצא הורה שהאמין בו קודם

אנחנו ההורים עשויים להשפיע על הפרידה במודע ושלא במודע. אם אתם מהססים וחוששים או עושים ניסיונות חוזרים "להיעלם" כדי להימנע מבכי בעת הפרידה התחושות הללו עלולות לעבור לילד. האמינו בילד, ביכולות ובכוחות שלו. סמכו עליו שיש לו את היכולת והמסוגלות להיפרד מכם ולהסתגל למסגרת.

## 2. תתריעו זמן קצר לפני הפרידה

כשאתם עומדים ללכת תגידו: אנחנו נצייר יחד עוד ציור ואז נפרד..", "אני נותנת לך נשיקה וחיבוק ואז אני הולכת..." " שדרו החלטיות ותנו תוקף להחלטה שלכם מבלי לפתוח משא ומתן, דיונים, רק עוד 5 דקות, רק עוד ציור. זה רק מקשה עוד יותר על הילד.

## 3. שתפו את הילד

שתפו את הילד שאחרי זמן מוגדר אתם חוזרים לקחת אותו ועימדו בהבטחה. אמרו- "אמא תבוא לקחת בצהריים" או "אבא יבוא לקחת אחרי הצהרון"

## 4. אל תשגעו את הילד בפרידות קצרות ומהוססות

הילד קולט את ההססנות וחוסר ההחלטיות שלכם ואז הוא מתקשה עוד יותר להיפרד. ברגע שהחלטתם להיפרד קומו וצאו, אני יודעת שזה לא קל אבל זה הכי נכון לילד.



## 5. לא נעלמים!!!

ושוב- לא נעלמים!!! אל תיעלמו כדי להימנע מבכי בעת הפרידה. גם אם הפרידה כרוכה בבכי קורע לב אם החלטתם להיפרד, יידעו את הילד שאתם הולכים ואל תיעלמו לו.

## 6. לא חוזרים לבדוק מה קורה אחרי הפרידה

נפרדתם? יצאתם? אל תחזרו רק "להציץ" ולבדוק מה עם הילד. הוא עלול לראות אתכם והדבר רק יקשה עליו יותר ויעביר לו את המסר שאתם לא סומכים עליו.

## טיפ לדרך

זכרו שמרבית הילדים מצליחים להתגבר על מכשולי ההתחלה ומסתגלים בהדרגה ובהצלחה למסגרת החדשה

## לירז סנה אור

המדריך אינו מהווה תחליף להדרכת הורים מקצועית פרטנית



לירז סנה אור | עובדת סוציאלית ומדריכת הורים | נייד: 050-9034430

מייל: [liraz.seneor@gmail.com](mailto:liraz.seneor@gmail.com)

[www.lirazseneor.com](http://www.lirazseneor.com)