

השביל הזה מתחיל גן...

כניסה לגן חדש בתקופת הקורונה

אורלי ליפסקי ועדיה קרסנטי
פסיכולוגיות חינוכיות מומחיות
שפ"ח ירושלים





ברוכים הבאים!!! הילדה שלכם מתחיל גן חדש!!

המון רגשות צפים ועולים לנו- מרגש, משמח, אולי קצת מפחיד..

והמון שאלות שעולות-

- איך הוא יסתדר?
- איך "אצייד" אותו?
- מה נחוץ לו?
- האם ייצור קשר עם צוות הגן?
- האם הן ידעו להרגיע אותו?
- מי יהיו החברים שלו?
- איך אני כהורה יכול לעזור לו במעבר?



והשנה..

הכל קצת שונה. ההיכרות וההכנה לגן נראים אחרת וזה מציף בנו תחושות, רגשות והמון שאלות נוספות ומוסיף לתחושת אי הודאות.

אבל..

יש המון דברים שאנחנו כבר יודעים ושניתן לעשות ועליהם נדבר הערב.



הכנה לקראת המעבר לגן החדש

- **עוררו סקרנות לגבי הגן:** ספרו לילדיכם על מגוון הדברים החדשים שיוכל לעשות בגן (לשחק, לשמוע סיפורים, לפגוש חברים וכו'), על מבנה הגן, שם הגננת והילדים.
- **היכרות עם ילדים נוספים** שאיתם ילך לגן- הדבר ייתן לילדיכם ביטחון ועוגן בכניסה לגן. ניתן לקבוע עם חבר נוסף ביום הראשון להיכנס ביחד לגן.
- **היכרות עם מרחב הגן-** כדאי ללכת לראות את הגן מבחוץ. להראות היכן ניפרד בבקרים.

היכרות עם הגננת

אנחנו ההורים- כמו הילד,
מחפשים תחושת שייכות וביטחון לגן

כאשר אנו כהורים חשים: שייכות
ותחושת בטחון = אני סומך !

הורה חש ביטחון ונוח עם הגננת = הילד
יחוש ביטחון ונוח להיקשר לגננת



הנחיות משרד החינוך לימים הראשונים

- ימים ראשונים לילדים במעברים
- 1. הגן יהיה פתוח כבשיגרה .
- 2. גילאי 3:
- ביום הראשון ללימודים (1/9/2020)
- הילדים יגיעו בקבוצות של 5-6 ילדים על פי לוח זמנים אותו תפרסם הגננת, לפרק זמן קצוב. הגננת והסייעת תקבלנה את הילדים לפעילות היכרות חווייתית .
- ההורים ייפרדו מהילדים בפתח הגן או ישהו בחצר הגן עוטים מסכות וישמרו על מרחק. בתום הפעילות, צוות הגן יפרד מהילדים וההורים ייקחו את הילדים מפתח הגן.
- צוות הגן יערך לקבלת הקבוצה הבאה , כך עד סיום יום הלימודים בשעה 14.00

המשך...

- ביום השני ללימודים (2/9/2020)
- הילדים יגיעו לגן בקבוצות כביום אתמול או יחולקו ל- 2 קבוצות על פי שיקול דעתה של הגננת. ההורים ייפרדו מהילדים בפתח הגן או ישהו בחצר הגן עוטים מסיכות וישמרו על מרחק בתום הפעילות, צוות הגן יפרד מהילדים וההורים ייקחו את הילדים מפתח הגן.
- בגן בו לומדים גילאי 3 ו-4 יגיעו גילאי 3 החל מהשעה 10, בקבוצות קטנות על פי לוח זמנים אותו תפרסם הגננת. החל מהיום השלישי ללימודים (3/9/2020) כל ילדי הגן יגיעו וילמדו על פי סדר היום הקבוע. הילדים ייפרדו מהוריהם בפתח הגן.
- 3. גילאי 4 / 5 - החל מהיום הראשון, יגיעו הילדים לגן ליום למידה רגיל.
- 4. ילדים עם קשיי הסתגלות, צוות הגן יגלה גמישות ורגישות לצרכי הילדים, הגננת תהיה בקשר עם הורי הגן לעידכון.

הכנה רגשית לכניסה לגן

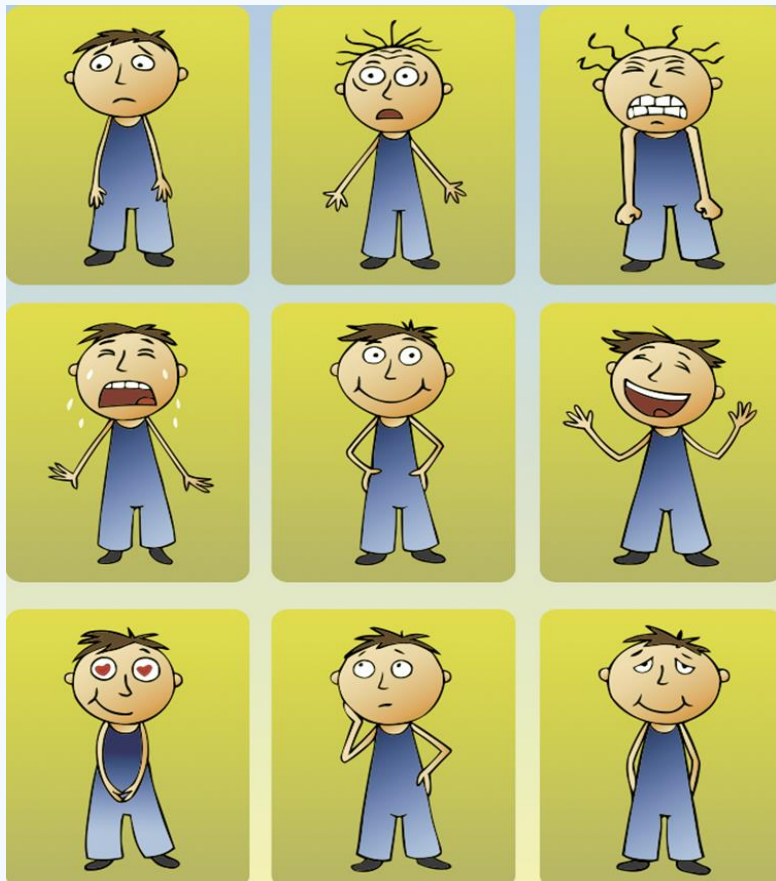
- **עודדו שיח רגשי** – דברו על מגוון רגשות: ציפייה, התרגשות, קושי, חשש, שמחה ועוד.

- **עזרו לילדיכם ללמוד לזהות מה יסייע לו כשמתקשה**. למשל לצייר, לחבק את הדובי, לשחק בכדור. מומלץ לתרגל זאת עמו לפני הכניסה לגן.

- **הדגישו בדבריכם את הגננת כדמות תומכת**, מסייעת.



שיח רגשי



- **שיום רגש** – ללא ביטול, הכחשה או הקטנה

- **המתנה** – השהיית פעולה, זמן לנשום, לראות רחב

- **חשיבה משותפת על התמודדות** – הצעת אפשרויות שונות, מה אפשרי וראוי



טקסים רבותי טקסים....



- טקס = מהלך קצר ומתוכנן ובזה כוחו. הילד יודע מה הולך לקרות, איך ומתי, תוך שהוא שותף ובמאי ראשי לטקס הוא חש שניתן לו מרחב של בחירה, החלטה ושליטה ותחושת הביטחון שלו תעלה.



- הטקס יכול להתחיל עוד ערב לפני בהכנת ציור לגן או בהליכה לגן בליווי שיר אהוב.



- חשוב להתאמן על הטקס בימים שלפני הגן, ואפשר גם בכניסה לגן ממש.

אז איך נסביר כל זאת לילדים?

- חשוב להסביר את הנחיות הקורונה, אבל –
- להדגיש ולשוחח על מה **כן** ניתן לעשות. איך נלווה אותם לגן, איך יהיה ויראה סדר היום ותהליך הפרידה ומה כן אפשרי.
- מסר של אמון ביכולותיהם, בניסיון שכבר הספיקו לצבור בהסתגלות למסגרות.

• קישור לסרטון

מה נותן כוח לילד או הילדה שלי?

- האם היא זקוקה **להתבוננות מרחוק והמתנה, או לקפוץ למים** ולקצר בתהליכים?
- האם **לדבר הרבה**, לספר מה יהיה בהמשך היום, **או לשתוק יחד?**
- להדגיש את ההערכה לעצמאות שלו, או לספר שגם אני אחשוב עליו במשך היום ו"אלווה" אותו במחשבותיי....?
- לדבר על החברים החדשים והמשחקים שיגלה בגן, או דווקא להדגיש את כל הישן המוכר והבטוח?

וברגע האמת....

- מומלץ שהילד יגיע לגן כשהוא הולך על רגליו ולא בזרועות ההורה. כך יגיע כעצמאי ויקל עליו להכנס לגן.
- יש לזכור שכדי להיפרד אנחנו צריכים לשחרר (אם ההורה חושש ומגונן הילד עלול לא לחוש ביטחון בגן בלעדיו).
- **בכי הוא טבעי וגם משחרר**, ויכול להופיע אפילו אם התכוננו רבות לרגע הזה.
- אפשר לומר: "אני רואה שקשה לך, לפעמים קשה להפרד...אני בטוחה שיהיה לך טוב בגן."



- קצרו בתהליך אחרי שאמרתם שאתם הולכים.

- ניתן לגייס לפרידה את הגנת או הסייעת- כך שיש יד משחררת ויד מקבלת.

- מומלץ לא לחזור אחרי שכבר נפרדתם, זה מבלבל את הילד.

- תחנת פת – 026799367
- תחנת גילה, ארמון הנציב והר חומה – 02-6762079
- תחנת קרית יובל – 02-5456649
- תחנת פסגת זאב נווה יעקב – 02-6564701
- תחנת רמות – 02-5710669
- תחנת חרדים – 02-5456830

- אם נשאר שאלות ועולה צורך בהתייעצות נוספת, אפשר לפנות אלינו – שירות פסיכולוגי חינוכי, בתחנות האזוריות ברחבי העיר:



תודה על ההקשבה ושתהיה לכל הילדים שנת לימודים פוריה, בריאה וקליטה קלה בגנים!

