

## לִבְנוֹ הַקָּטָן קֶשֶׁה לְהִיפָּרֵד מֵהַהוֹרִים

מִיָּרֵי וְרוֹן פּוֹתְבִים: יש לנו בן בן שנתיים וחצי. הוא ילד שמח, עצמאי וחברותי מאוד ומדבר כמו גדול. עד לפני כמה שבועות, סבתא שלו הייתה המטפלת שלו. בתחילת הקיץ החלטנו שהוא ילד גדול ומפותח וכדאי שהוא ילך לגן.

רשמנו אותו לפעוטון קרוב לבית. מהיום השני של שנת הלימודים הוא לא רוצה ללכת לגן. הוא בוכה כשאנחנו מלבישים אותו ואורזים את התיק לגן; הוא בוכה כשאנחנו נכנסים למכונית בבוקר; הוא בוכה כשאנחנו מביאים אותו לגן. הוא בוכה ואומר שהוא רוצה ללכת לבית של סבתא...

הוא רוצה שנישאר אִתּוֹ בַּגֵּן. הוא נִדְבֵק אֵלֵינוּ וְלֹא רֹצֵה לְהִיפָּרֵד. הגננת מבקשת שנשאיר אותו לבד, גם אם הוא בוכה. היא אומרת שכאשר אנחנו הולכים הוא נרגע, יש לו מצב רוח טוב והוא משחק יפה עם הילדים האחרים.

אחרי שאנחנו נפרדים ממנו בבוקר, אנחנו עומדים במקום רחוק מחוץ לגדר ורואים שהוא מפסיק לבכות ומתחיל לשחק עם הילדים. זה מרגיע אותנו מעט, אבל בכל זאת אנחנו הולכים לעבודה לא רגועים. הפרידה קשה גם לנו, כנראה. מה לעשות כדי שהפרידה תהיה קלה יותר?

### לְהִתְרַגֵּל לְחֹדֶשׁ

לְתֵּהֵלֵךְ הַפְּרִידָה מֵהַהוֹרִים נֹסְפִים עוֹד גּוֹרְמִים, שְׂמֵלְחִיצִים וּמְפַחֲדִים אֶת הַיֶּלֶד: מִקּוֹם חֹדֶשׁ, גִּנְתָּה חֹדֶשׁ, יֶלְדִים חֹדְשִׁים, סֹדֵר יוֹם חֹדֶשׁ. הוא חושש, כמו פולנו, מהלא נודע. הילד צריך זמן להתרגל אל כל הדברים החדשים האלה בחייו, להכיר אותם עד שירגיש בטוח במסגרת החדשה. ברגע שהוא יפיר את המסגרת, הנֶהָלִים, המקום, האנשים – לא יהיה לו ממה לחשוש.

גם ילד שהיה כבר פעם במסגרת של גן ועובר לגן חדש צריך זמן להתאקלמות למקום החדש. גם אנשים מבוגרים חוששים ומתרגשים ממעברים בחיים וממפגשים עם מקומות חדשים, מסגרות חדשות, אנשים חדשים. גם מבוגרים זקוקים לזמן כדי להסתגל (להתרגל) למקום חדש. גם למבוגרים קשה להיפנס למסגרת אחרי חופשה.

### גַּם לְהוֹרִים קֶשֶׁה לְהִיפָּרֵד

לְפַעֲמִים הַקוֹשֵׁי לְהִיפָּרֵד גְּדוֹל יוֹתֵר אֶצֶל הַהוֹרִים מֵאֲשֶׁר אֶצֶל הַיֶּלֶד.

יש הורים שקשה להם להתנתק מהילד. הם פוחדים שהילד יישאר לבד ולא יוכל להסתדר בלעדיהם. יש הורים שנלחצים מאוד מהפכי של הילד ואינם סומכים על הגננת שתדע לטפל בו. אם ההורים פוחדים, הם מְשַׁדְּרִים לַיֶּלֶד לַחֵץ וּפַחַח. הלחץ שלהם משפיע על הילד.

לגננת יש תפקיד חשוב בתהליך הזה של פרידה מההורים מצד אחד והתאקלמות בגן החדש מצד

הפרידה של הגדול מאמא היא תהליך שמתחיל ביום הלידה ומתפתח ומתמשך עד אין סוף. ללכת לגן – זה אחד השלבים בתהליך הפרידה, והוא משמעותי וקשה גם להורים וגם לילד.

התמונה שמירי ורון מתארים מופרת לכל מי שהיה הורה או ילה. בכל גן ובכל פיתה אָלָף ואפילו בית וגימל יש ילדים שקשה להם להיפרד מההורים. יש ילדים שמבטאים (מראים) את הקושי בכי. יש שנצמדים להורים ולא נותנים להם ללכת. יש ילדים שמתחילים את ה"סצנה" כבר בבית. אחרים מתחילים אותה בפניסה לגן. יש ילדים שמתחילים לבכות ברגע שהם מבינים שההורים הולכים. יש שמתחילים לבכות אחרי שההורים עוזבים. יש ילדים שמפסיקים לבכות מיד. אחרים – אחרי דקות קצרות או ארוכות. מעטים בוכים בלי סוף.

יש ילדים שנגרעים מיד ומתפקדים יפה במשך כל היום. יש ילדים שמסתובבים כל היום עצובים. יש ילדים שמביעים את הקושי של הפרידה בדרך אחרת: הם שקטים, מנותקים (לא מתחברים), לא זזים בתוך הגן, לא מקשיבים, אולי אפילו אלימים כלפי ילדים אחרים, ואחר כך ממשיכים את הכעס גם בבית.

יש ילדים ש"נדבקים" לגננת. מחפשים אצלה את הביטחון והאהבה.

יש גם ילדים שלא מרגישים כל צורך לבכות, אבל פשהם שומעים את מקהלת הפכיינים בבוקר, הם בוכים יחד אתם כדי להיות כמו פולם.

שני. כל גננת מקדישה מחשבה רבה לקליטת הילדים בגן ולמים הראשונים. היא מזמינה את הילדים לגן עוד לפני שנת הלימודים כדי שיכירו אותה, את הסביבה הפיסית של הגן וגם את הילדים. בדרך כלל הימים הראשונים בגן קצרים יותר, כדי שהתאקלמות תהיה בהדרגה.

כל גננת מְנוֹסָה בְּמַצְבֵים האלה של תחילת שנת הלימודים. היא ראתה כבר דמעות רבות של ילדים שהתקשו להיפרד מההורים, ובסוף השנה (ועוד הרבה לפני כן) התקשו להיפרד מהגן...

גננת טובה יודעת להבחין מתי ההתנהגות של הילד נורמלית ומתי יש כאן בעיה שצריך לטפל בה בדרך מיוחדת.

### שִׁיתוּף פְּעוּלָה עִם הַגִּנְתָּה

הַגִּנְתָּה מְשׁוֹחַחַת עִם הַהוֹרִים עַל נוֹשֵׂא הַפְּרִידָה בְּבֹקֶר וּמִתְדַרְכֵת אוֹתָם אֵיךְ לְנַהוֹג. יש ילדים שזקוקים לטקס פרידה: נשיקה, חיבוק. יש ילדים שנכנסים מיד לפעילות בגן, וכך ההורה יכול להשאיר אותם בלי טקסים ארוכים. יש ילדים שהורה צריך להודיע להם שהוא הולך. יש ילדים שלא כדאי להכריז בפניהם שהורה הולך.

יש גננות שמאפשרות להורים להישאר מעט זמן בגן בבוקר, כדי שהפרידה תהיה יותר רכה ואטית. גם ההורים צריכים זמן... יש גננות שמעדיפות להתנתק מיד (בצורה טבעית ורגועה) ולהתמודד בעצמן עם הקושי של הילדים.

יש ילדים שבוכים רק כשאבא מביא אותם לגן ואינם בוכים כשאמא מביאה אותם לגן. במקרים כאלה כדאי, לפחות בהתחלה, שאמא תעשה את המשימה הזו בבוקר. זה יקל גם על הילד וגם על ההורים.

אני מציעה לכם לשוחח עם הגננת בעניין. אם היא אומרת שהילד מפסיק לבכות כשאתם מתרחקים, ושהוא שמח ופעיל בגן – אין לכם סיבה לדאוג. אם הילד שמח כשאתם באים לקחת אותו מהגן – יש לכם עוד סיבה להירגע ולשמוח.

הבכי ילך ויפחת ככל שיעברו הימים. אתם צריכים להיות מוכנים לכך שאחרי החגים תהיה מעין רֶגֶרְסִיָה (נסיגה) ותצטרכו להתחיל את כל התהליך שוב כמעט מההתחלה. השנה החגים מגיעים מאוחר יחסית, ויהיה לילד כמעט חודש להתרגל לגן.

דבר אחד אני יכולה להבטיח: כשהבן שלכם יהיה אבא, הוא יבין אתכם מצוין. יהיה לו ניסיון...

ענת דותן