

יצירת שני בתים

חשוב ליצור סביבה ביתית הנותנת לילדכם תחושת שייכות. זכרו שילדכם יש שני בתים, ללא קשר לכמות הזמן שהוא מבלה בכל אחד מהם.

1. בנו ביטחון ומצב צפוי בשני הבתים:

- א. קבעו ותחזקו שגרה ומבנה עקביים. שתפו בשגרות מוצלחות את ההורה השני. ככל האפשר הסכימו לגבי שעות שינה, מטלות בית, טקסי בוקר ושיעורי בית. זה יעזור לשתי המשפחות.
- ב. קבעו ותחזקו הוראות ופרוצדורות הענשה עקביים. אמנם ילדים מסוגלים להסתגל להוראות ופרוצדורות שונות במקומות שונים, דבקות באותן פרוצדורות מקלה על ההסתגלות שלהם. עבדו ביחד כצוות מתי שאפשר.
- ג. קבעו ותחזקו אחריות עבור ילדכם. ילדים מקבלים תחושת שייכות ובונים בטחון עצמי בכך שהם תורמים למשפחה. מטלות המתאימות לרמה ההתפתחותית של הילד ולתחומי העניין שלו עשויים לעזור לה לקבל תחושת מקום במשפחה. התייחסו לספר "גידולו של ילד אחראי" למידע נוסף.
- ד. הפכו את הזמן עם ילדכם לטבעי ככל הניתן. לעיתים ההורה שאינו בעל המשמורת מנסה להשלים זמן אבוד בכך שהוא ממלא סופי שבוע ב"אירועים מיוחדים". מה שילדכם יזכור טוב ביותר תהיה צבירת חוויות. הימצאותכם שם כדי להשכיב לישון, לעזור בשיעורים ולפעילויות נעימות כמו משחק תופסת או קריאת ספרים היא החשובה ביותר.
- ה. בלו זמן אחד על אחד עם כל אחד מילדיכם. תכננו פעילות שנחשבת מהנה על ידי הילד. זכרו שזה יכול להיות פשוט כמו צביעה, דקלום או הרכבת פזל. זה חשוב במיוחד אם לכם יש אחר משמעותי.
- ו. עודדו את ילדכם להתחבר עם ילדים בשתי השכונות ולהזמין חברים להתארח.

2. בנו המשכיות בשני הבתים:

- א. הכינו מקום אישי לילדכם. חשוב שתהיה לה מיטה משלה או לפחות שק שינה בכל בית. אם אין לה חדר פרטי, תנו לה מגירה בשידה כדי לאפסן בה את חפציה האישיים.
- ב. ספקו מוצרי טואלט ובגדים להחלפה הכוללים נעליים, גרביים, פיג'מות ובגדים תחתונים בכל בית.
- ג. כבדו את העדפותיו של ילדכם אם הוא רוצה להעביר איתו חפצים מסוימים מבית לבית.
- ד. אפשרו לילד להתקשר עם ההורה השני בטלפון כל יום. קבעו זמן קבוע לשיחות טלפון. אפשרו לילד את פרטיותו. הימנעו מלהתקשר ממש לפני השינה או במהלך תכנית הטלוויזיה האהובה על ילדכם.
- ה. אפשרו לילד להחזיק תמונה של ההורה השני בכל בית. אפשרו לילד לבחור היכן להניח את התמונה.
- ו. תלו לוח שנה ובו מצוינים הימים בהם יתגורר ילדכם עם כל הורה.
- ז. שתפו את ההורה השני באינפורמציה חשובה. יידעו אותם לגבי ביקורים אצל רופא או רופא שיניים והמלצות אותם רופאים. ספקו העתקים של תעודות, תמונות מבית הספר ומאירועים וטיולים שונים. כמו כן הודיעו להורה השני לגבי אירועים חשובים בחיי ילדכם, כמו הופעות בבית הספר, פעילויות ספורט, מופעי ריקוד או שירה, מוקדם ככל האפשר.

תיאום הורי בישראל

עידית הונגמן – 052-2642199