

קשה להיפרד בבוקר

דנה בותבת: יש לי בן בן ארבע. הוא הולך לגן חדש – גן טרום חובה. בכל בוקר הוא בוכה. הוא לא רוצה ללכת לגן. גם כשאנחנו מביאים אותו לגן – הוא בוכה. הוא נדבק אליי ולא רוצה להיפרד. הוא רוצה שאשאר איתו בגן. הגננת אומרת, שכאשר אני הולכת – הוא נרגע, והוא ילד שמח ונהדר. היא מבקשת שאשאר אותו לבר, גם אם הוא בוכה. אני הולכת לעבודה בלב שבור. קשה לי להתנתק מרגעי הפרידה הקשים. בשנה שעברה הוא היה בגן אחר. הוא אהב את הגן ואת הגננת. הוא ילד חברותי מאוד. גם שם בחודש הראשון הוא בכה, ואחרי החגים הוא התאקלם יפה בגן.



צילום: איילת אופן

שמתחיל ביום הלידה ומתפתח ומתמשך עד אין סוף. ללכת לגן – זה אחד השלבים בתהליך הפרידה, והוא משמעותי וקשה גם לאם וגם לילד.

הכול חדש

לתהליך הפרידה נוספים גורמים, שמלחיצים ומפחידים את הילד: גננת חדשה, ילדים חדשים, מקום חדש, סדר יום חדש. צריך זמן להתרגל אליהם, להכיר אותם עד שמרגישים בטוחים במסגרת החדשה.

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.

ילד שהיה כבר פעם במסגרת של גן – מוכן מעט יותר לפרידה ולהתאקלמות במקום החדש, אבל גם הוא צריך לעבור, כמעט מההתחלה, את התהליך. פרגע שהוא יפיר את המסגרת, הנחלים, המקום, האנשים – לא יהיה לו ממה לחשוש. הוא חושש, כמו פולנו, מהלא נודע.

שיתוף פעולה עם הגננת

בתהליך הזה של פרידה מההורים מצד אחד והתאקלמות בגן מצד שני, יש לגננת תפקיד חשוב. כל גננת מנוסה במצבים האלה. היא ראתה כבר

התמונה שדנה מתארת מופרת לכל מי שהיה הורה או ילד. בכל גן ובכל פיתה אלה, ואפילו בית וגימל, יש ילדים שקשה להם להיפרד מההורים. לכולם קשה, גם בין ההורים וגם בין הילדים – אך יש שקשה להם יותר. יש ילדים שמבטאים (מראים) את הקושי בבכי. יש ילדים שנצמדים להורים ולא נותנים להם ללכת.

יש ילדים שמתחילים את ה"סצנה" כבר בבית. אחרים מתחילים אותה בפניסה לגן. יש ילדים שמתחילים לבכות פרגע שהם מבינים שההורים הולכים. אחרים מתחילים לבכות אחרי שההורה עוזב. 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 עצובים כל היום.

יש ילדים שמביעים את הקושי שבפרידה בדרך אחרת: הם שקטים, מנותקים (לא מתחברים), לא זזים בתוך הגן, לא מקשיבים, אולי אפילו אלימים כלפי ילדים אחרים. אחרים נדפקים לגננת. מחפשים אצלה את הביטחון והאהבה.

יש ילדים שלא מרגישים צורך לבכות, אבל כשהם שומעים את מקהלת הבכיינים בבוקר – הם בוכים יחד אתם, כדי להיות כמו פולם.

ההורים

לפעמים הקושי להיפרד גדול יותר אצל ההורים מאשר אצל הילד. הם פוחדים מרגע הפרידה בבוקר, והם משרדים לילד לחץ ופחד.

יש הורים שקשה להם להתנתק מהילד. הם פוחדים שהילד יישאר לבר ולא יוכל להסתדר בלעדיהם. יש הורים שגלחצים מאוד מהבכי של הילד, ואינם סומכים על הגננת שתדע לטפל בו.

הפרידה קשה

רגע הפרידה הוא רגע קשה. כל פרידה היא תהליך. גם הפרידה של הגוף מאמא היא תהליך.

דמעות רבות. היא יודעת להבחין מתי ההתנהגות הזו נורמלית ומתי יש פאן בעיה שצריך לטפל בה בדרך מיוחדת.

הגננת צריכה לתדרך (להדריך) את ההורים איך לנהוג. כל גננת מקדישה מחשבה רבה לקליטת הילדים בימים הראשונים בגן. 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 שההתאקלמות תהיה בהדרגה (לא בכח אחת).

הגננת משוחחת עם ההורים על נושא הפרידה בבוקר ומתדרכת אותם איך לנהוג. יש ילדים שההורה צריך להודיע להם שהוא הולך. יש ילדים שזקוקים לטקס פרידה ממש: נשיקה, חיבוק. יש ילדים שנכנסים מיד לפעילות בגן, וכך ההורה יכול להשאיר אותם בלי טקסים ארוכים.

יש גננות שמאפשרות להורים להישאר מעט זמן בגן בבוקר, כדי שהפרידה תהיה יותר אטית. אחרות מעדיפות להתנתק מיד (בצורה רגועה). לא בהיסטריה או בכעס.

יש ילדים שבוכים רק כשאמא מביאה אותם לגן ואינם בוכים כשאבא מביא אותם לגן. במקרים כאלה כדאי, לפחות בהתחלה, שאבא יביא את הילד לגן בבוקר. זה יקל גם על הילד וגם על אמא.

אני מציעה לך לשוחח עם הגננת בעניין. אם היא אומרת שהילד מפסיק לבכות כשאת מתרחקת, והוא שמח ופעיל בגן – אין לך סיבה לדאוג או להיות עצובה. אם הילד שמח כשאת באה לקחת אותו מהגן – יש לך כבר ניסיון טוב של שנה. אם הילד תפקד היטב בגן הקודם – יש כל הסיכויים שכך יקרה גם בגן החדש. את כבר יודעת שהוא יודע להסתגל היטב, אך זקוק לזמן.

את צריכה להיות מוכנה לכך שהבכי ילך ויפחת ככל שיעברו הימים. את צריכה להיות מוכנה לכך שאחרי החגים תהיה מעין (כמו) רגריסה ותצטרכו להתחיל את כל התהליך שוב כמעט מחדש. עד החתונה זה יעבור...

ענת דותן

מכתבים למדור "הכל נשאר במשפחה" אפשר לכתוב לפי הכתובת: ענת דותן, "שער למתחיל", המסגר 9, תל-אביב. או למדור "כתבו לנו" באתר שלנו: www.slamathil.co.il