



filial[©]

מדריך מתנה -10 הצעות למשחק משותף, שיפחיתו תסכול בבית, ושיעודדו שיתוף פעולה עם הילדים וכלים שישימשו אתכם ההורים בפתרון קשיים ביומיום.

הכלים הללו – הם ממש, אבל ממש שווים ביותר, הם יהפכו את ההורות שלך לטובה יותר, אפקטיבית יותר ומהנה יותר.

"דגים שוחים, ציפורים עפות, ילדים משחקים"

1. בסיום היום לפני השינה, בקשו מהילד "דבר אחד טוב" "דבר אחד רע" שקרה לי, שתפו קודם אתם אם לילד קשה. והוא מייד ישתף אתכם. מתאים לילדים מגיל 4 ועד 18 אתם עוזרים לילד לראות שיש גם טוב, למרות השיתוף ברע (כפי שכולנו יודעים, טבע האדם לראות את מה שלא עבד) אם תתמידו ערב, ערב, תקבלו סטנדרט חדש של דיאלוג ותגלו דברים חדשים.
2. ילדים קטנים, אין תחושת זמן, יש קושי לקטוע את המשחק והעיסוקים ולקחת את הילד למקלחת. וגם במקלחת ילדים רבים חוששים מהמים על הראש. צרו משחק במים "ים יבשה" "גאות שפל" בגאות המים על הראש, או בים המים על הראש.. סיום יום הוא תמיד זמן קשה, כבר אין סבלנות ועייפים, דרך משחק תצליחו לסיים יותר נעים יותר רגוע.
3. אחה"צ גשום, קר, חושך כבר ב 17:00 מה עושים? איך מעבירים את הזמן? שחקו ב"מי אני-חיות" או "מי אני-אנשים" עם ילדים גדולים יותר. עם הקטנים תהיו חיות והילד צריך לנחש איזו חיה אתם, לפי תנועה או צליל עם הגדולים, קחו דמויות מטלוויזיה, מהמשפחה, מחברים, על הילד לשאול אתכם שאלות, שהתשובות הן רק בכך או לא. ואח"כ אתם צריכים לנחש הפוך!
4. נסיעה באוטו עם 2 ילדים או 3 ילדים, זה תמיד אתגר. הוא נגע בי, הוא לקח לי, הוא העליב אותי, ידיים עפות פתאום לכל מיני כיוונים, מוכר לכם? זה לא חייב להיות ככה... תנו משימות, מי מוצא מכונית צהובה על הכביש? מי מוצא מכונית אדומה? מי מוצא שלט עם המספר 6 או 4 או 2 או 5, מי מזהה את השלט עצור? ומי יכול לספור כמה זמן הצבע האדום ברמזור הופך לירוק... וכל מיני כאלה. תהיו יצירתיים.

5.ילדיכם הזמין מספר חברים הביתה אחה"צ , תוך חצי שעה מתחילה מריבה , ויכוח , בכי
"כן,לא,שחור,לבן" . ארגנו אותם במעגל ופינג פונג שאלות , אסור להגיד כל אחת מהמילים ,כן,לא,שחור,לבן.

6.אימון בהקשבה - אנחנו חיים בעידן שהאנושות לא יודעת מה זאת הקשבה , יש שני מצבים בשיחה : 1.
התפרצות לדברי האחר . 2. תוך כדי שהאחד מדבר השני כבר חושב מה לענות לו .תרגיל לעצמכם כל יום
הקשבה של 5 דקות לנאמר סביבכם .

7.הקשבה- בקשו מהילד , לספר לכם מה עליו בהפסקה בבי"ס או בגן , לפרטי פרטים . עכשיו עליכם לחזור
על כמה שאמר , על כל רגש שנראה לכם שהיה בסיפור , עליו לתת לכם משוב , כמה דייקתם. ולהיפך , ספרו
לו אתם ובקשו ממנו לחזור על הפרטים

8. פתרונות לא תמיד נדרשים . יש לנו נטיה כהורים לרצות לחסוך לילדים שלנו שלבים של כאבים . זה לא
עובד, גם לנו שכואב/מציק משהו ואנחנו מספרים לחברה/ה , לא תמיד אנחנו רוצים עצה , רק מחפשים אוזן
קשבת. תתאמנו כשילד מעלה דילמה , לשאול שאלות , לא לתת פתרונות . תשאלו שאלות מתוך מה שסיפר ,
תבדקו מה זה מרגיש לו ? מה היה עושה את אחרת ? אילו אפשרויות נוספות יש ? תשאלו אם רוצה הצעות ?
ואם כן, תנו הצעות כאפשרות , תנו לו לבחור בדרך .

9.התערבות במשחק בין אחים או בין חברים מיותרת . קשה לנו לראות את הילד שלנו מפסיד פעם אחר פעם
 , האמת , גם לנו קשה להפסיד המרחב המשחקי , הוא מגרש אימונים לחיים , זו התמודדות טובה
ובריאה . פעם מפסידים ופעם מנצחים , ככה מתפתחים .

10. כשאתם משחקים עם הילד, משחק שיש בו ניצחון , אל תתנו לו לנצח אתכם במכוון כי הילד מרגיש ויודע .
מצד שני אם הילד משנה חוקים, "מרמה" , בהתאם לגיל הילד, תנו לו . כנראה זה צורך לעיבוד חוויה לקבלת
שליטה , לחוות הצלחה , תנו לו ,תזרמו , תעלימו עין . בפעם הבאה , כשתתחילו את המשחק, תסבירו מראש
את החוקים ותודאו שהוא מבין .

בהנאה ושמחה

גליה בן חיים

galiabh@yahoo.com

פייסבוק : galia ben haim

פייסבוק : יער אפשרויות