

הצעה לאגרת להורים לקראת היציאה לחופשה בטוחה מתאים להורי תלמידים בבתי הספר העל יסודיים

הורים יקרים,

עם סיום שנת הלימודים ולקראת חופשת הקיץ הקרבה ובאה, ראינו לנכון לחלוק עמכם מספר מחשבות ומסרים הנוגעים להתנהלות בטוחה ומוגנת של ילדכם במהלך תקופה זו. חופשת הקיץ מזמנת לבני הנוער זמן איכות של בילוי, מילוי מצברים והנאה ובו בעת חושפת אותם להתמודדויות שונות, למצבי סיכון ולפיתויים הן בסביבתם הפיסית והן בסביבה הווירטואלית באינטרנט. עלינו, המבוגרים, להנחות ולהדריך את בני הנוער להתנהלות מיטבית ובטוחה במרחבים השונים ובכלל זה ברשת. בימים שלפני החופשה צוותי החינוך מקדישים זמן לשיח על נושאים שונים הקשורים בהתנהלות מיטבית בחופשה והתמודדות עם מצבי סיכון. אנו ממליצים גם לכם, ההורים, להמשיך ולקיים שיחות על התנהלות ילדכם בחופשה, לחזק אותו ולסייע לו להפעיל אחריות ושיקול דעת בהחלטות שהוא עתיד לקבל.

להלן מספר נושאים שכדאי להדגיש בשיח:

- שימחו בחופשת ילדכם, העניקו לו את ברכתכם לחופש שהוא כה ראוי לו.
- בדקו עם ילדכם את תכניותיו ושאיפותיו לקיץ הקרוב. אפשרו לו לחלום ולהעז, זה הזמן שלו.
- חישוב עם ילדכם על תחומי אחריות ופעולה שאתם מצפים ממנו לנקוט בקיץ ברמה המשפחתית וברמה האישית.
- עזרו לילדכם לזהות את ההבטחות וההנאות שהוא יכול להפיק מהחופשה.
- עזרו לילדכם לזהות את מצבי הסיכון והלחצים עמם הוא עשוי להתמודד בחופשה. מומלץ למקד את השיחה אודות מצבי סיכון, דווקא בהפחת אמון בכוחותיו ובשיקול דעתו של הנוער, במיומנויות שיעזרו לו להימנע ממצבי סיכון ובהבטחת ההגנה שאתם מעניקים לו.
- כדאי תמיד להציג עמדה אישית ברורה, לא מתוך הטפה או הפחדה אלא מתוך דאגה ואכפתיות.
- התפתחות הטכנולוגיה והשימוש הגובר בה חושפים את הילדים למגוון התנהגויות. בני הנוער מצלמים, מתעדים ומשתפים את חבריהם ברשת בחוויותיהם, כחלק מהתנהלותם היומיומית ובאופן ניכר – בזמן חופשת הקיץ. מרחב זה, המאפשר מגוון הזדמנויות טומן בחובו גם מצבי סיכון, כגון - תקשורת פוגענית, הפצת מידע לא ראוי מפגש עם מתחזים וכו'. שוחחו עם ילדכם על מעשיו והתנהלותו ברשת. העניקו לו עצות וכלים להתנהלות בטוחה ברשת.
- להווי ידוע כי במהלך החופשה עלולה להיות עלייה במעורבות בני נוער באירועי אלימות וונדליזם. אחד הגורמים לכך הוא צריכת אלכוהול. מדובר במצבים בהם בני הנוער מאבדים

שליטה ופועלים לעיתים בניגוד לערכים הבסיסיים שלהם. שוחחו עם ילדכם על הרגלי הבילוי שלכם בכלל ועל הבחירה בשתיית אלכוהול בפרט. הציגו עמדה ברורה ומושכלת כלפי שתיית אלכוהול.

הורים יקרים, היו ערניים לשינויים בהתנהגות הילד אשר עשויים להעיד על מצוקה - חוסר שקט, תוקפנות, הסתגרות, חוסר רצון לשתף פעולה. במידת הצורך, פנו לעזרת הקהילה – רופא הילדים, מחלקת החינוך, לשכת הרווחה, השירות הפסיכולוגי חינוכי, עומדים לרשותכם.

לצד האמון שלכם בילדכם ובבחירותיו, מומלץ לשאול אותו ולהתעניין, שוב ושוב, "לאן אתה הולך, עם מי, כמה זמן תהיה שם, מה תעשו שם, מי מארגן את המסיבה?" וכדומה. לקראת היציאה לבילוי, מומלץ להחליט עם הילד על שעת חזרה מותאמת לגילו. (תמיד אפשר לתאם עם הורי נערים אחרים מדיניות אחידה, על מנת שהילד שלכם לא ירגיש שהוא היחיד בחבר'ה שמוגבל - תופתעו לגלות כמה ההורים האחרים שותפים לדעה שלכם).
עם שובו הביתה מבילוי, מומלץ לדבר איתו ולראות מה מצבו.

שמרו על ערוץ תקשורת פתוח עם ילדכם, לצד מסרים של אהבה ואכפתיות, היו גאים בו והמשיכו לחזק ולעודד אותו.
נוכחות הורית והשגחה תוך מעורבות וקיום שיח ודיאלוג עם הילדים, הם האמצעים הבולטים לחופשה בטוחה ולמניעת התנהגויות סיכון.

בתקווה לחופש בטוח, מהנה ומשמח
מנהל בית הספר והצוות החינוכי

מקורות סיוע

ער"ן - טלפון 24 שעות ביממה 1201, <http://www.eran.org.il>
סה"ר - סיוע והקשבה ברשת <http://www.sahar.org.il>
אל – סם - 1-700-50-50-55 <http://www.alsam.org.il>
הרשות הלאומית למלחמה בסמים ובאלכוהול 1-700-500-508