

יוני 2011, תשע"א

אגרת להורים לקראת יציאה לחופשה בטוחה

הורים יקרים,

עם סיום שנת הלימודים ולקראת חופשת הקיץ הקרבה ובאה, ראינו לנכון לחלוק עמכם מספר מחשבות. להדגיש ולחזק מסרים הנוגעים להתנהלות בטוחה ומוגנת של ילדיכם במהלך תקופה זו.

חופשת הקיץ מאפשרת מחד גיסא בילוי, מילוי מצברים והנאה, ומאידך גיסא חושפת את בני הנוער לסכנות ולפיתויים הן בסביבתם הפיסית והן בסביבה הווירטואלית באינטרנט. בשל כך חשוב לחזק את בני הנוער ולסייע להם להפעיל יותר אחריות ושיקול דעת בהחלטות שהם מקבלים.

אחד הגורמים לעלייה במעורבות של בני נוער באירועי אלימות וונדליזם הוא השימוש באלכוהול. לאחרונה התפרסמו מקרים קשים של אלימות ואפילו רצח שהמשותף לכולם התנהגות תחת השפעת אלכוהול. מדובר במצבים בהם בני הנוער מאבדים שליטה ופועלים לעיתים בניגוד לערכים הבסיסיים שלהם.

על מנת שילדיכם ייהנו מחופשה בטוחה ולא יאבדו את החופש, ובכדי להגביר את תחושת הביטחון והמוגנות שלהם, אנו ממליצים לשוחח עימם על דרכי הבילוי שלהם, להתעניין להביע עמדה.

חשוב לזכור שכדאי גם להפעיל שמירה והשגחה במידת הצורך.

להלן מספר הצעות:

- שוחחו עם ילדכם תוך הצגת עמדה אישית ברורה, עוררו מודעות לסיכונים, להשפעות חברתיות לא רצויות ולמצבי סיכון אחרים. חשוב למקד את השיחה במיומנויות שיעזרו לילד להימנע מהסכנה ולא בהפחדה. הפחדה חוסמת הקשבה.
- גישה המטיפה ל"מה מותר ומה אסור" איננה תורמת לשינוי התנהגות. בני נוער זקוקים לעצה והדרכה על מה כדאי ומה נכון ולא להטפה.

- אל תהססו לשאול: לאן אתה הולך, עם מי, כמה זמן תהיה שם, מה תעשו שם, מי מארגן את המסיבה וכדומה.
- לקראת יציאה לבילוי, מומלץ להחליט עם הילד על שעת חזרה מותאמת לגילו.
- חשוב 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.
- חשוב לפתוח לנער את הדלת בתום הבילוי (אפילו בשעות מאוחרות), לדבר איתו כדי לראות מה מצבו.
- חשוב לזהות שינויים בהתנהגות הילד כגון: חוסר שקט, תוקפנות, הסתגרות, חוסר רצון לשתף פעולה ועוד. פנו לעזרה במידת הצורך.
- הגדירו בצורה ברורה את המושג אחריות וכיצד אתם מצפים שהיא תתבטא בחיי היום יום. בחדר שלהם, ב"יציאות" שלהם, בלימודים שלהם, בנהיגה שלהם ובמפגשים החברתיים שלהם.
- שמרו על ערוץ תקשורת פתוח עם ילדכם, היו גאים בהם והמשיכו לחזק ולעודד במקומות הראויים. גישה חיובית תאפשר קבלת המסרים שלכם.
- אמרו לילדכם כל פעם מחדש שאתם אוהבים אותם יותר מידי מכדי שהם יפגעו בעצמם.

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>

נוכחות הורית, השגחה תוך מעורבות וקיום שיח ודיאלוג עם הילדים, הם האמצעים הבולטים במניעת התנהגויות סיכון.

בתקווה לחופש מרענן, מהנה ומשמח

הוכן ע"י צוות היחידה למניעת עישון, אלכוהול וסמים, שפ"י, יוני 2011.