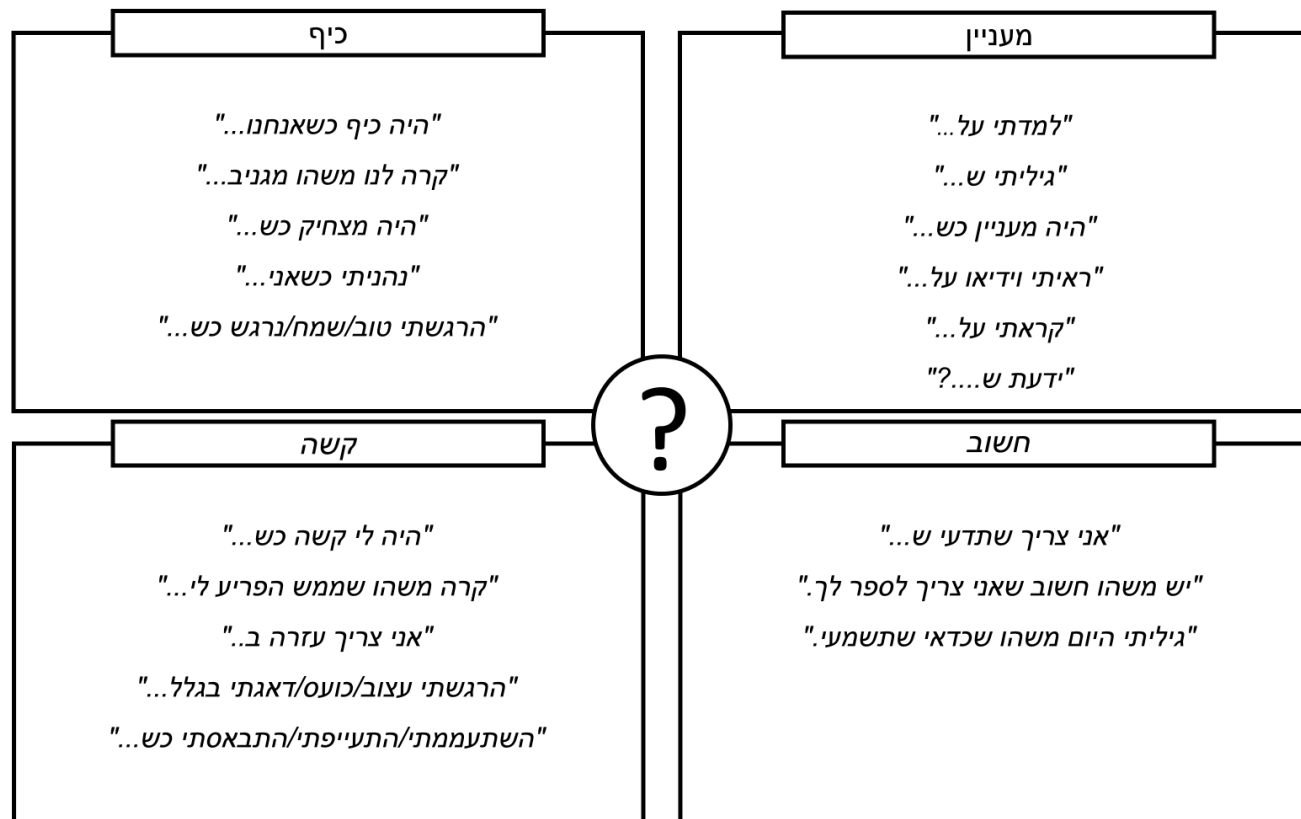


איך היום שלך?

דפי עזר

איך היה היום שלך?

כשהורה או מישו אחר שואל "איך היה היום שלך?" או "מה עשית היום בבית ספר?"
הנה כמה דרכים לענות



© 2021 Joel Shaul

© 2021 Joel Shaul

© 2021 Joel Shaul

לילדים רבים, במיוחד על רצף האוטיזם, יש קושי במענה לשאלות מההורים בסוף היום. ייתכן וילדים עייפים או מוסחים. ייתכן והם לא תופסים את חשיבות מסירת המידע לגבי היום שלהם בבית ספר. ייתכן ויש להם קושי בתפיסת מה שהורה יודע או לא.

עיצבתי את הדפים הללו בכדי:

- שהורים יוכלו להשתמש בהם כרמז כתוב.
- שאנשי מקצוע שעובדים עם ילדים על הרצף יוכלו להשתמש בדפים הללו להכוונה ולתרגול המרכיב החשוב הזה ביחסי הורה-ילד.

Joel Shaul, LCSW

תורגם ע"י ד"ר איילת בן-ששון

איך היה היום שלך?

כשהורה או מישהו אחר שואל "איך היה היום שלך?" או "מה עשית היום בבית ספר?"
הנה כמה דרכים לענות

כיף

"היה כיף כשאנחנו..."
"קרה לנו משהו מגניב..."
"היה מצחיק כש..."
"נהניתי כשאני..."
"הרגשתי טוב/שמח/נרגש כש..."

מעניין

"למדתי על..."
"גיליתי ש..."
"היה מעניין כש..."
"ראיתי וידיאו על..."
"קראתי על..."
"ידעת ש....?"

?

קשה

"היה לי קשה כש..."
"קרה משהו שממש הפריע לי..."
"אני צריך עזרה ב..."
"הרגשתי עצוב/כועס/דאגתי בגלל..."
"השתעממתי/התעייפתי/התבאסתי כש..."

חשוב

"אני צריך שתדעי ש..."
"יש משהו חשוב שאני צריך לספר לך."
"גיליתי היום משהו שכדאי שתשמעי."

כשמבוגרים שואלים אותך על היום שלך,

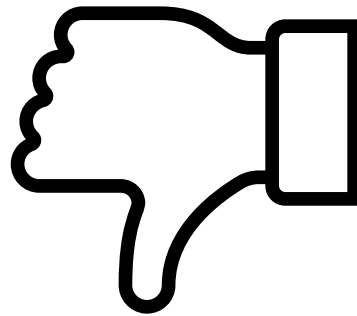
המה כמה דברים לזכור.

תנסה לא לומר...

"לא משהו מיוחד"

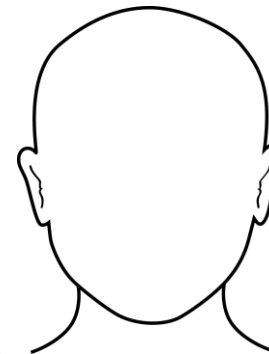
"לא יודע"

"סבבה"

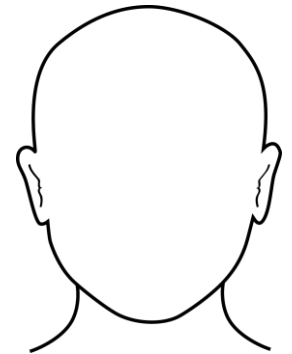


מה שהם לא יודעים עדיין.

במהלך היום, ראית
ולמדת הרבה דברים
שהמבוגרים לא שמעו
עליהם עדיין.



אתה יכול לעדכן את
המבוגרים כך שגם הם
ידעו.



?

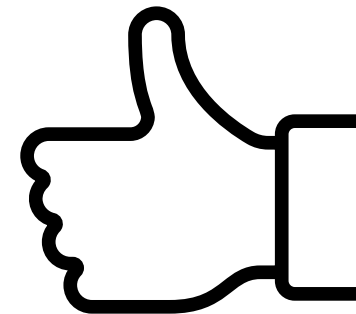
מבוגרים חייבים לשאול.

מבוגרים צריכים לדעת מה הילדים עשו במשך היום.
זה התפקיד שלהם.

כשהם שואלים תנסה לא להראות מוטרד.

כשאתה עונה על השאלות שלהם, תנסה להתרכז
לדקה או שניים – אפילו אם אתה רוצה לעשות משהו
אחר.

גם תשאל על היום שלהם.



"איך היה לך היום?"

"איך היה בעבודה?"

"מה חדש?"

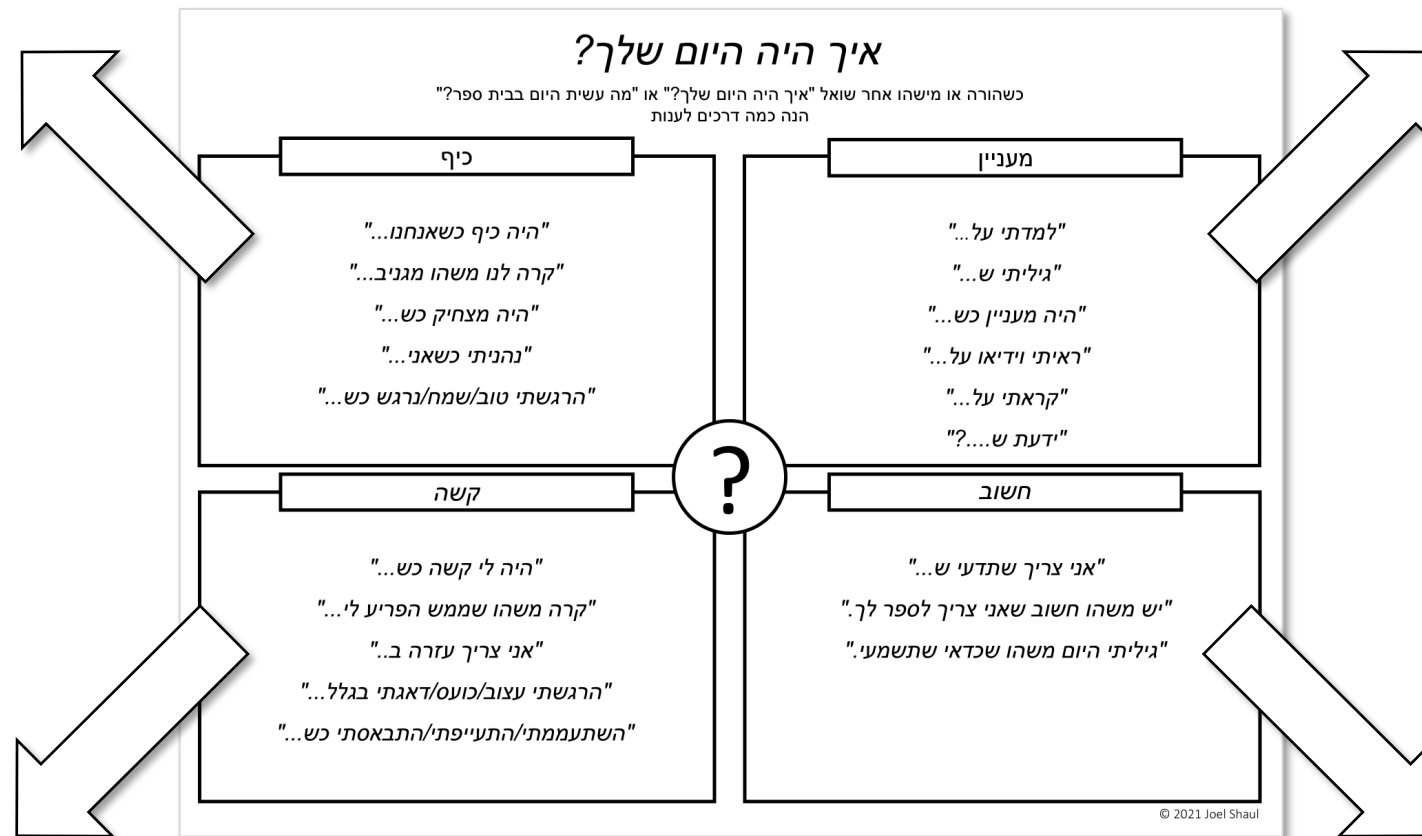
כמה דוגמאות לתשובות.

"היה כיף! קיבלנו יותר זמן הפסקה."

"ידעת שאתמול ההסעה של יוני נתקעה?"

"נהניתי כשאלון החליף איתי כמה קלפים של פוקימון."

"ראיתי סרטון על טלסקופ חלל חדש שיוצא שנה הבאה!"



"אני צריך עזרה עם הילקוט שלי כי הוא נהיה לי כבד מדי."

"אני צריך לספר לך ששינו את היום של הטיול לגן חיות"

"השתעממתי בשיעור היסטוריה, כמעט נרדמתי."

"גיליתי היום שסבתא של טל ממש חולה."