



הנחיות וטיפים להורים בעת חירום 📌

כמה עקרונות פשוטים שעושים הבדל גדול

“רגרסיה בזמן איום היא תגובה טבעית של גוף שמחפש ביטחון.”
“זה לא אומר שמהו התקלקל בילד שלי – זה אומר שהוא זקוק לי יותר עכשיו”
“גם ילדים חזקים חוזרים אחורה כשעולמם מרגיש לא בטוח”

שינה, הרטבה, גוף שחוזר לאחור
“הגוף זוכר פחד גם כשהשכל מבין, הרטבה בלילה היא לא בחירה –
היא מערכת עצבים שמוצפת”

חוסר ויסות רגשי, בכי, התפרצויות
“זה לא התקף – זו בקשה לעזרה.”

תקווה ופרספקטיבה
“היכולות לא נעלמו, הן רק מחכות שהעולם יירגע,
ילדים מתאוששים טוב כשיש להם מבוגר אחד יציב.”

שלכם,
בקי שמי מנחת הורים
המרכז להורות משמעותית, אשדוד

שמים את ההורות במרכז

