

יום המשפחה בסימן חוסן הורי, משפחתי וקהילתי

שבוע המשפחה יצויין השנה על ידי משרד החינוך בין התאריכים 28.2 - 7.3, בזרקור על חוסן הורי, משפחתי וקהילתי. נוסף לכך, יום המשפחה בתקופה הנוכחית מתקיים ברקע איחוד משפחות – רגעים של שמחה ורגעים של עצב עמוק, המשולבים זה בזה.

מלחמת "חרבות ברזל", שהחלה במתקפת פתע ב-7 באוקטובר 2023, הציבה בפנינו אתגרים משפחתיים רבים, כשהמרכזיים שבהם: הרחבת מעגל המשפחות השכולות, משפחות פצועים, משפחות מפונים, משפחות של אנשי מילואים מגויסים ומאבקן הבלתי נדלה של משפחות החטופים. אתגרים אלה הזכירו לנו שוב את חשיבותו של החוסן המשפחתי בתקופות קשות.

הכוח והמשאבים שירכוש כל פרט ופרט בהרכב המשפחתי, הם אלה שייסייעו ליחיד ולמשפחה כולה להתמודד בהצלחה עם משברים/אתגרים ומתוכם אף להתאושש, לצאת מחוזקת ולצמוח מתוך החוויות הללו. כדי לפתח, לטפח ולשמר חוסן זה, חשוב ליישם במרחב המשפחתי שלושה הרגלים מרכזיים:

- ✓ תקשורת פתוחה וכנה - שיתוף רגשות, מחשבות וחששות בין בני המשפחה מחזק את הקשרים בין בני המשפחה ומאפשר תמיכה הדדית.
- ✓ שגרה ופעילויות משותפות - קיום פעילויות משפחתיות קבועות דוגמת ארוחות משותפות, טיולים, ציון אירועים מיוחדים בצוותא וכו', מסייע ביצירת תחושת יציבות וביטחון.
- ✓ בעת הצורך, פנייה לעזרה בכלל ועזרה מקצועית, בפרט - בקשת סיוע בעתות של קושי לרבות מאנשי מקצוע, בכדי להתמודד עם אתגרים רגשיים ומשפחתיים, הינה מיומנות שמעבירה מסר חשוב – כשאני צריך אני מטפל ולא מדחיק/מתעלם (מה שעשוי להחמיר את הקושי). בהקשר, הרשות העירונית לבטחון ולחוסן קהילתי ובכלל זאת, המרכז להורות משמעותית, עומדים לרשותכם, ומציעים מגוון שירותים ותמיכה למשפחות בעיר.

יחד, נמשיך לחזק את הקהילה שלנו בעיר ונעמוד איתנים למול האתגרים שעוד יהיו בדרך.

