

תכנית אני יכול להצליח (א.ג.ל) לגני ילדים

מכתב מס' 7 להורים

הורים יקרים,

בשבועות הקרובים נעסוק בגן בנושא מיומנויות רגשיות. נכיר רגשות שונים דוגמת עצב, שמחה, פחד, התרגשות וכעס. נלמד את שמות הרגשות, נדבר על סיבות לרגש, נתייחס להבעות הפנים המלוות רגשות שונים, ונדבר על תחושות שעולות בגוף כאשר מרגישים רגש מסוים. כל אלה יעזרו לילדים להבין את הרגשות שלהם ואת רגשותיהם של אחרים, ישפרו את היכולת שלהם להביע רגשות ובהמשך – לוסת רגשות. מיומנויות אלו קשורות באופן הדוק לכישורים בינאישיים וללמידה ולכן היכרות, זיהוי והמללת רגשות חשובים מאוד להתפתחות הילדים.

נעסוק ברגשות דרך שיח, צפייה בתמונות, יצירה, הדגמות ומשחקים.

גם אתם, ההורים, מוזמנים לשוחח עם ילדכם על רגשות. שתפו אותם ברגשות שלכם דרך חוויות שונות. למשל ספרו על אירוע שקרה בעבודה ועל הרגש שהתעורר בכם, דברו על רגשות של דמויות בסיפור שאתם מקריאים לילד ושחקו עמו במשחקים שמעודדים התייחסות לעולם הרגשות דוגמת "יד על הלב". ישנה חשיבות רבה לשיום של רגשות, כדי להעשיר את אוצר המילים של הילד, ולשוחח איתו על הסיבות לרגש ולפתרונות במצבים שמעוררים רגשות. למשל, אם הילד בוכה כי הפסיד במשחק אפשר לומר: "אתה כועס/עצוב/מתוסכל, זה באמת לא נעים להפסיד".

אנו מודים על שיתוף הפעולה,

מנהלת הגן

וצוות הפעלת התכנית.