

Kimochis®



Šiais, 2021- 2022 mokslo metais, vykdome socialinio – emocinio mokymo ir charakterio ugdymo programą „Kimochis“ (japonų kalboje Ki-Mo-Chees reiškia jausmą). Programoje dalyvaus dvi lopšelio – darželio „Rasytė“ ikimokyklinio a. grupės – Lapiukų ir Žiogelių gr. Programa yra paremta tyrimų duomenimis teigiančiais, kad pradėjus socialinių, emocinių ir elgesio įgūdžių mokymus jauname amžiuje, yra daroma pozityvi įtaka vaikų problemų sprendimui ir bendravimui su bendraamžiais. Vaikai išmoks kaip atpažinti ir valdyti emocijas, rūpintis ir padėti kitiems, kurti pozityvius santykius, priimti atsakingus sprendimus ir konstruktyviai suvaldyti sudėtingas situacijas. Kiekvieną savaitę du kartus praktiškai mokinamės šių įgūdžių.

Programa sudaryta iš trijų dalių: pirmoje programos dalyje supažindinama su Kimochis personažais ir jausmukais. Užsiėmimuose jūsų vaikas praplės emocijų žodyną ir išmoks paprastų strategijų, kurios, iškilus sunkumams, pagelbės juos įveikti.

Antroje programos dalyje susitelksime ties Kimochis bendravimo raktais. Šie raktai yra labai svarbūs – per šias valandėles vaikai išmoks kaip pozityviai bendrauti su kitu, kokį balso toną pasirinkti, kaip tinkamai atkreipti pašnekovo dėmesį ir kad skaudinančias situacijas kiekvienas iš mūsų gali ištaisyti.

Trečioje dalyje kalbėsime apie įvairius jausmus. Daugiausiai dėmesio skiriama svarbiausių jausmų suvaldymas ir išreiškimas pozityviu būdu. Kiekvienam jausmui, programoje skirtas posakis – Kotowaza, kuris primena, kaip susidūrus su tam tikromis emocijomis ir jausmais tinkamiausiai pasielgti.



PARENGĖ:

KAUNO L/D „RASYTĖ“ PSICHOLOGĖ

DEIMANTĖ BIKINAITĖ