

## תכנית אני יכול להצליח (א.י.ל) לגני ילדים

### מכתב מס' 9 להורים

הורים יקרים,

במהלך השנה הילדים למדו מיומנויות חשובות שמקדמות אותם בתחומים רגשיים, בינאישיים ולימודיים. הם למדו על שליטה עצמית ועצירה, הכירו רגשות שונים ולמדו כיצד לוסת רגשות ומה יכול לעזור כדי להירגע. שלבים אלה הכרחיים לפתרון בעיות, בין אם אלה בעיות חברתיות ובין אם לימודיות. בתקופה הקרובה נעסוק בגן בפתרון בעיות. נדבר על מה נחוץ כדי לפתור בעיה ונעשיר את מאגר הפתרונות לבעיות שונות.

הילדים ילמדו שכדי לפתור בעיה יהיה עליהם קודם כל לעצור ולהגיד מה הבעיה (לשיים את הבעיה באופן מילולי). לאחר מכן, ילמדו לשתף ברגש שהם חווים ולחשוב על פתרון מתאים. ביחד נציע פתרונות מגוונים לבעיות שונות ונעזור בפתרונות אלה בעת הצורך.

נבקש גם מכם, ההורים, לספר לילדכם כיצד אתם פותרים בעיות. האם כשאתם משתפים מישהו אחר- זה מקל עליכם? האם אתם עוצרים וחושבים? האם אתם מסיחים את דעתכם או בוחרים פעולה חלופית וכיצד? השיח שלכם עם הילד בנושא יעזור לו להפנים את הכלים השונים להתמודדות ולהבין שלכל אחד, גם למבוגרים, יש קשיים, אך גם שלכל אחד יש פתרונות ודרכים להתמודד. הכינו עם ילדכם מאגר של פתרונות שעוזרים לו בבית במצבים שכיחים. למשל, מה אפשר לעשות כשאין עם מי לשחק, כשכועסים בגלל ששומעים "לא" ומצבים נוספים. הכנת פתרונות ביחד עם הילד, במצבים של רגיעה, יכולה לעזור לכם להתמודד עם בעיות ועימותים כשהם מתרחשים.

אנו מודים על שיתוף הפעולה,

מנהלת הגן

וצוות הפעלת התכנית.