

"מגירת הרגשות"

שלום לכולם,

ביום שלישי ה- 17/11/2017 התקיים פרלמנט בו נטלו חלק תלמידי שכבה ג' הבאים:
שקד פ. תמר ר. אלמוג ב. ענבר ז. עומר ש. שי ה. טל ר. נטע ס. ליבי א.

השיח עסק ביכולת להקשיב לרגשות, לשוחח עליהם ולקבל אותם כחלק מפיתוח מודעות והתפתחות האדם.

המפגש החל בדמיון מודרך תוך האזנה למוסיקה קלאסית. התלמידים התבקשו לדמיין טיול בממלכת הלב, לזהות רגשות שונים ולכתוב על מפתח העשוי מנייר מגירת רגש שברצונם לפתוח תוך ציור "ממלכת הרגשות". בשיח שהתנהל התלמידים התייחסו לרגשות שונים: געגוע, שמחה, התרגשות, עצב תוך מתן דוגמאות המבטאות את בחירתם ברגשות השונים.

בנוסף, צפינו בקטע מסרטון העוסק ברגשות העולים ביום הראשון בבית הספר והאזנו לשיח הרגשות תוך התייחסות לשאלות כגון:

1. מהו תפקיד הרגשות?
2. האם לכולם יש רגשות?
3. האם ישנה חשיבות להבעת רגשות?
4. מה קורה כאשר לא משוחחים על תחושות, מחשבות ורגשות?
5. כיצד ניתן להתמודד עם רגשות במצבים שונים?
6. מה הרגשתי ביום הראשון של כיתה ג'? (התלמידים ציינו חשש, שמחה, התרגשות).

ברצוני להודות לכל התלמידים שנטלו חלק בפרלמנט. גילו עניין וסקרנות. הקשיבו לחבריהם וניהלו שיח פתוח ומפרה.

בברכה,
תמר דוד
מנהלת בית הספר