



סילבוס קורס "שמיים כחולים" הקניית מיומנויות ויסות רגשי לילדים

שיעור 1 – מבוא

- מהי תוכנית "שמיים כחולים"?
- מהו ויסות רגשי?
- מאפייני ויסות רגשי
- הגדרות
- דוגמאות לחוסר ויסות רגשי
- מדוע חשוב ללמוד מיומנויות ויסות רגשי?
- שלבי התפתחות מיומנויות ויסות רגשי
- מטרת התוכנית
- שלבי התוכנית

שיעור 2 – מסגרת התוכנית

- שלבי תוכנית "שמיים כחולים"
- הקניית מיומנויות
- סדר תהליך הקניית מיומנויות
- סוגי סיוע
- שיטת הלמידה של תוכנית "שמיים כחולים"
- אופן מתן הדרישה
- אפשרות תגובה של הילד
- אופן מתן המחזק
- קריטריון מעבר שלבים
- שאלונים ומידע מקדים

שיעור 3 – שלב 1 – קלפי רגשות

- תיאור שלב 1 – קלפי רגשות
- מיומנות זיהוי ושיום רגשות
- זיהוי רגשות
- שיום רגשות



- שלב 1 – מידע כללי
- מאפייני פנים של הרגשות השונים
- הכללה והמשך פעילות

שיעור 4 – שלב 2 – קלפי פעילויות

- תיאור שלב 2 – קלפי פעילויות
- שלב 2 – מידע כללי
- דוגמאות לפעילויות בקלפים השונים

שיעור 5 – שלב 3 – קלפי סיטואציות

- תיאור שלב 3 – קלפי סיטואציות
- שלב 3- מידע כללי
- פירוט קלפי סיטואציות

שיעור 6 – קלפי טכניקות

- תיאור שלב 4 – קלפי טכניקות
- אסטרטגיות ויסות רגשי
- שלב 4 – מידע כללי
- טכניקות – הסבר על כל טכניקה
- קלפי טכניקות – הסבר על כל טכניקה

שיעור 7 – סיכום

- עקרונות מנחים לתהליך ההתערבות
- אוכלוסיית היעד להתערבות
- הרציונל לפיתוח ההתערבות
- תהליך ההתערבות מתחיל בהערכה
- דוגמא מפגש טיפולי 1-3