יום שני כ"ח כסלו תשפ"א

‏14 דצמבר 2020

***אל: הורי תלמידי בית הספר***

*שלום רב,*

הנדון**: סדנה להורים בנושא ויסות רגשי ויחסי הורה ילד**

בתקופה זו בה תחושות חוסר הודאות וחוסר השליטה רווחות בקרבנו, הן בחיינו האישיים והן כהורים לילדינו, החלטנו להושיט יד ולהציע סדנה להורים מטעם השירות הפסיכולוגי החינוכי במעלות תרשיחא. בסדנא נלמד ונתרגל **כלים פרקטיים לוויסות רגשי** של ההורה ושל הילד.ה, תוך שימוש והדגמה של מודלים מתקדמים בחקר המוח ותפקידיו בוויסות רגשי. נתעמק בכלים לשיפור וחיזוק מערכות יחסים מתוך עולם **התקשורת המקרבת.** **בסדנא נלמד לחזק תקשורת מטיבה הבונה את החוסן האישי והמשפחתי וכיצד ניתן לעזור לילדינו במצבי קושי ומצוקה.** המפגשים ילוו בדוגמאות מעשיות ותתאפשר התנסות באמצעות דוגמא של אחד המשתתפים.

הסדנה מיועדת להורים לילדים בגילאי 6-12 אשר שואפים להעשיר את ארגז הכלים והבנתם את ילדיהם, ואת עצמם בתקופה מאתגרת זו ובכלל.

**מסגרת הזמן**: 2 מפגשים מקוונים (בזום) שיתקיימו בימי ראשון בערב, בין השעות 20:30-21:15.

ההשתתפות ללא תשלום אך בהרשמה מראש לשני המפגשים יחד **באמצעות הקישור הבא:**

[הרשמה לסדנת הורים](https://docs.google.com/forms/d/1uTOzOYmIas6xJhVPMGEdQB9hqwYaJFosLVaHglb4hJg/edit)

לכל שאלה ניתן לפנות לשירות הפסיכולוגי לפסיכולוגיות החתומות מטה בטלפון 04-9578798.

להלן תאריכי הסדנה לפי בתי הספר אליהם ילדיכם משתייך:

בי"ס ארזים: 3.1.21, 10.1.21

בי"ס יהל"ם ונתיב מאיר: 17.1.21, 24.1.21

בי"ס הראשונים: 14.2.21, 21.2

בי"ס סביונים: 1.3.21, .7.3.21

בברכה,

אורנה וייס איריס שני אשד שני סער

מנהלת השפ"ח פסיכולוגית פסיכולוגית