



## **„Kimochis“ – kas tai?**

„Kimochis“ (japoniškai „kimochis“ reiškia „jausmas“) – tai emocinio intelekto ugdymo programa, pritaikyta darbui su ikimokyklinio amžiaus vaikais.

„Kimochis“ programa suteikia galimybę padėti vaikui įgyti žinių, įgūdžių, kurie reikalingi suprasti bei valdyti savo emocijas, globoti bei rūpintis kitais, kurti tvirtus santykius, priimti atsakingus sprendimus ir konstruktyviai spręsti keblias situacijas. Šie įgūdžiai būtini siekiant gerų mokymosi rezultatų, kuriant pozityvius tarpusavio santykius bei lavinant emocinį intelektą.

„Kimochis“ – tai smagios, įtraukiančios, naujoviškos ir lengvai į bet kokią ugdymo programą integruojamos veiklos, padedančios vaikams įgyti pasitikėjimo savimi ir išmokti spręsti keblias socialines-emocines situacijas.

## **„Kimochis“ – žaislai, reiškiantys jausmus...**

Socialiniai-emociniai ikimokyklinio amžiaus vaikų įgūdžiai lavinami, žaidžiant su „Kimochis“ žaislais – minkštomis lėlytėmis, turinčiomis skirtingus charakterius: nuolat besikeičiančios nuotaikos Debesėlis, nedrąsus Vikšrelis, valdinga ir kapringa Katė, nerimaujanti Balandė Meilė, išdykusi Lipšniakojė, jautrioji Žavioji Rožė, užuomarša ir optimistas Dobilėlis. Kiekvienas „Kimochis“ (personažas) „slepia kokį nors jausmą“. „Jausmai“ – tai mažos pagalvėlės. Vienoje jų pusėje yra užrašytas jausmo pavadinimas („laimingas“, „liūdnas“, „paikas“, „drąsus“ ir t. t.), kitoje – nupiešta atitinkama veido išraiška. Taip pat yra jausmų knygelės. Visi Kimochis turi ypatingas kišenėles, kur galima įdėti norimą jausmų pagalvėlę ir jausmų knygelę.

Žaisdami su „Kimochis“ žaislais sudėtingas situacijas, vaikai lavina savo emocinius įgūdžius. Savo ypatingomis savybėmis (linksnu/liūdnu veideliu, išsiskleidžiančiais sparneliais, pleistrais ir kt.) „Kimochis“ personažai primena, įkvepia ir moko kalbėtis apie jausmus. Jie padeda taikyti esminius emocinio ugdymo principus: pastebėti ir įvardinti vaiko jausmus, išnaudoti emociją gyvenimo pamokai ir galimybei tapti artimesniems, empatiškai klausytis ir pagrįsti kilusią emociją, padėti vaikui įvardinti jausmus, nubrėžti ribas, susikurti taisykles ir spręsti (neignoruoti) problemas.

Bendraujame „Kimochis“ rato metu. Tokio bendravimo tikslas yra išmokyti vaikus tinkamai pasirinkti ir kontroliuoti savo balsą, kūno kalbą, žodžius ir veiksmus, kurie emocinėse situacijose padėtų ieškoti sprendimo, o ne atsitraukti.

## **„Kimochis“ programos lūkesčiai**

Tikimasi, kad ugdytiniai įvairiose situacijose išmoks vartoti teigiamus žodžius ir veiksmus, drąsiai kalbės apie savo jausmus ir savijautą, išklauskys bendraamžius, juos atlaidžiau ir geranoriškiau vertins. Taip pat siekiama sudominti vaikus ir įtraukti į specialiai kuriamas realias situacijas grupėje, kartu jas analizuoti ir mokytis geranoriškai spręsti, žaidžiant su „Kimochis“ žaislais.