

“Zipio draugų” programos panaudojimas, ugdant vaikų gebėjimus įveikti emocinius ir socialinius sunkumus

Parengė Klaipėdos lopšelio – darželio “Žilvitis” auklėtoja Diana Budrytė
2012 m.m.

Problemos aktualumas

- Dabartinėje greitai kintančioje, vertybių krizę išgyvenančioje informacinėje visuomenėje sunku gyventi ne tik suaugusiems, bet ir vaikams.
- Tėvų nedarbas, skurdas, migracija, smurtas, patyčios, komercinio pasaulio manipuliavimas vaiku, bandymai įtraukti į narkotikų ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimą, tėvų skyrybos, netektis – tai tik dalis problemų, kurios egzistuoja šalia kiekvieno vaiko ir vienaip ar kitaip paveikia dalies jų gyvenimą.
- Vaikas dar tik mėgina suvokti savo jausmų pasaulį, mokosi gyventi greta kitų ir kartu su kitais, todėl kasdien patikria daugybę sunkumų: susipyksta, neturi su kuo žaisti, nesusitvardo, pasielgia netinkamai, patenka į keblią situaciją, ištinka bėda. Mažylis jaučiasi neišgirstas, nesuprastas, atstumtas, vienišas, įskaudintas, kaltas, blogas. Išgyvendamas jausmų sumaištį, vaikas ieško išeičių, tačiau jam dar stinga gyvenimiškos patirties.

Pranešimo tikslas

- Siekiant padėti vaikams, Lietuvoje įgyvendinama tarptautinė ankstyvosios prevencijos programa „Zipio draugai“.
- Programa “Zipio draugai” – tai emocinių bei elgesio problemų ankstyvosios prevencijos programa.
- Programos tikslas – padėti vaikams įgyti gebėjimų įveikti kasdienes sunkumus ir stresą, plėtoti jų socialinę kompetenciją.
- Programa parengta 5 – 7 metų augantiems ir bręstantiems vaikams. Jie mokomi įveikti kasdienes sunkumus, atpažinti savo jausmus, juos suvokti, apie juos kalbėti, išreikšti sau bei kitiems priimtinais būdais ir taip pasijusti geriau. Tikėtina, kad vaikas, kuris gerai jaučiasi, gebės pats įveikti kritines situacijas, labiau pasitikės savimi, bus draugiškesnis aplinkiniams, atsparesnis neigiamiems aplinkos poveikiams. Vaikai skatinami padėti ne tik sau, bet ir kitiems, kurie turi sunkumų.

“Zipio draugų” programa skirta sunkumų įveikimo gebėjimų ugdymui

- Pagrindinė programos “Zipio draugai” idėja yra tokia: jei vaikus jau ankstyvoje vaikystėje išmokysime įveikti sunkumus, šie įgūdžiai išliks ir padės lengviau susidoroti su sudėtingomis situacijomis augant ir jau suaugus.
- Daugelyje prevencinių programų sunkumų įveikimo gebėjimų ugdymas yra tik maža prevencinės veiklos dalis. Daugiau dėmesio skiriama vaiko žinioms: sužinoti, kodėl pavojinga imti ir gerti vaistus, naudoti buitines chemines medžiagas, priimti rizikingą draugo kvietimą ir kt.
- Tuo tarpu programa “Zipio draugai” visa skirta sunkumų įveikimo bendrųjų gebėjimų ugdymui. Be to, sunkumų įveikimo gebėjimų ugdymas nesiejamas su konkrečia problemine situacija, todėl vienoje situacijoje išsiugdyti gebėjimai gali būti lengvai pritaikomi kitoje situacijoje.
- Siekiama, kad vaikas išmokytų įgūdžių, padedančių pačiam įveikti sunkumus: bandyti pakeisti susidariusią padėtį (sunkumų įveikimas elgesiu) arba padėti sau pačiam pasijusti geriau (emocinis sunkumų įveikimas).

Vaikai mokosi ne tik atpažinti slegiančius jausmus, bet ir apmąstyti, ką reikėtų daryti, kai apima liūdesys, pyktis, jaudulys, kai jauti pavydą, kaip galima pagerinti savo nuotaiką ir sumažinti slegiančių jausmų keliamą įtampą.

□ Ką galima daryti, kad pyktis praeitų?

- Žaisti su mama
- Eiti į lauką žaisti su draugais
- Spalvinti
- Pasivažinėti su dviračiu
- Rinkti kankorėžius
- Važinėti paspirtuku
- Žaisti su kompiuteriu
- Pirkti ledų
- Eiti gultis

□ Ką darau, kai jaučiu pavydą?

- Paprašysiu, kad duotų žaislą pažaisti.
- Nueisiu pas draugą ir žaisiu su juo.
- Paprašysiu, kad mama nupirktų ir man tokią suknelę.
- Pavydėjau dėdės automobilio – paprašiau, kad dėdė mane parvežtų namo savo mašina.
- Vaikščiosiu po parką.

Vaikai sužino ir taiko sėkmingo bendravimo taisykles, kad mokėtų įveikti savo uždarumą, įvairias bendravimo problemas, galėtų išgirsti vienas kitą, tartis, diskutuoti

- **Sėkmingo bendravimo taisyklės užrašomos, iliustruojamos paveikslėliais, aptariamoms, kelis kartus pakartojamos, kad vaikai geriau įsimintų:**
 - *Pasakyk, kaip jautiesi.*
 - *Pasakyk, kodėl taip jautiesi.*
 - *Padėk kitiems tave suprasti kitais žodžiais pakartodamas, ką sakei.*
 - *Gerbkitus.*
- **Sėkmingo bendravimo taisyklės vaikai išbando vaidmenų žaidimuose. Iš pradžių jie mokosi taikyti vieną taisyklę, po to – visas keturias iš karto.**
- Norint būti išgirstam, svarbu, kad vaikų dėmesingai klausytųsi.
- Todėl mokomės per “Zipio draugų” valandėles vieni kitų klausytis.
- **Kaip galime parodyti pašnekovui, kad klausomės?**
 - Nešūkauti
 - Netrepsėti
 - Stovėti ramiai
 - Žiūrėti atidžiai
 - Žiūrėti į akis
 - Linkčioti galvą

Vaikai sužino ir taiko sėkmingo bendravimo taisykles, kad mokėtų įveikti savo uždarumą, įvairias bendravimo problemas, galėtų išgirsti vienas kitą, tartis, diskutuoti

- **Vaikai mokosi taisyklių, kaip pasakyti tai, ką norime pasakyti:**
- Pagalvok prieš kalbėdamas.
- Nerėk, kalbėk aiškiai.
- Pasakyk, ką jauti.
- Nesikarščiuok.
- Pasakyk viską, ką nori pasakyti.
- **Taip skiriamas dėmesys atsisakymo įgūdžiams formuoti. Vaikai pratinasi aiškiai suvokti, ko nori jie patys ar ką jiems reikia tuo metu daryti, ir tvirtai, suprantamai pasakyti tai draugui kelis kartus, skirtingai argumentuojant.**
- Vaikai vaidmenų žaidimuose išbando šias bendravimo taisykles. Vaikai vaidina situaciją, kurioje bando pasakyti tai, ką nori pasakyti, lavindami įgūdžius išreikšti nuomonę ir parodyti jausmus sunkioje situacijoje.
- **Pabandykime pasakyti tai, ką norime pasakyti:**
- Paprašysiu močiutės. Jei neleis likti lauke, ateisiu atsisveikinti: sakysiu rytoj ateisiu.
- Pasakysiu, kad nesutinku.
- Pasakysiu, kad to nepadariau.
- Pasakysiu aiškiai, kad iš manęs nesijuoktų.
- Atsiprašysiu, kad aš negaliu eiti su juo, o turiu eiti namo pas mamą.
- Paprašysiu, kad manęs klausytųsi, kai aš kalbu.
- Pasakysiu, kad aš nenoriu duoti savo žaislo.

Vaikai mokosi išgyventi atstūmimą ir vienatvę, įveikti tarpusavio ryšių, draugystės problemas

- Sudaroma vaikams galimybė praktiškai patirti jausmus, išgyvenamus atstūmimo situacijoje.
- Pedagogas suorganizuoja žaidimą **“Ratelis”**, kad vaikai išmėgintų, ką reiškia jaustis **atstumtam**. Vaiko, kuris yra ratelio išorėje, iš pradžių kiti neįsileidžia į ratelį, po kurio laiko įleidžia ir paploja.
- Pedagogas valdo situaciją, kad labai jautrūs vaikai nepatirtų per daug stiprių neigiamų išgyvenimų, kad būtų pakankamai lengvai priimti į ratelį. Tam, kad kitus atstumti linkę vaikai pajustų, ką reiškia būti atstumtam vaidmenyje, leisti pabūti už rato šiek tiek ilgiau. Bet jei mato, kad vaiką apėmė stiprūs jausmai, paprašyti vaikų iškart priimti vaiką į ratelį.
- Saugioje aplinkoje vaikai išmėgina, ką jaučia atstumtas ir priimtas vaikai.
- Vaikai ieško būdų, padedančių spręsti nesutarimus su draugais.
- **Ant “Susitaikymo gėlės” žiedlapių užrašėme vaikų pasiūlytus sprendimo būdus:**
 - Kartu paskaityti
 - Kartu pažaisti
 - Atsiprašyti
 - Pasivaišinti arbata
 - Paspausti ranką
 - Sakyti “susitaikykim”
 - Apsikabinti
 - Pasikalbėti
 - Atnešti gėlių puokštę
 - Pakviesti į svečius

Vaikai tobulina konfliktų sprendimo gebėjimus, mokosi atpažinti priekabiavimą ir tvarkytis su šiomis sudėtingomis situacijomis

- Vaikai ieško gerų išeičių iš sunkios padėties. Visi kartu bando rasti gerų būdų kaip įveikti bėdą.
- **Vaikams pristatome “Žingsnius, padedančius rasti geras išeitis” ir “Geros išeities taisyklę”:**
- Gerai apsvarstyk ištikusią bėdą.
- Pagalvok apie įvairias galimas išeitis.
- Pasirink geriausią išeičių, kuri:
 - padėtų pasijusti geriau
 - nekenktų aplinkiniams.
- **Vaikai svarsto: “Ką jie būtų galėję daryti Sendi vietoje? (Džilė ją pravardžiavo, pakišo koją)**
 - pavaišinsiu Džilę arbata
 - muščiau Džilę
 - susidraugaučiau
 - pakviesčiau į svečius
 - nebesipykčiau
 - kartu pažaisčiau
 - pasakyčiau auklėtojai
 - kartu palaistytume gėles
- **Jeį vaikai siūlo netinkamas išeitis, klausiamo:** “Ar tai gera išeitis?”, “Kaip tu jausiesi primušęs kitą?”, “O kaip jausis primuštas vaikas?”
Klausiamo kitų vaikų: “Ar gera išeitis primušti draugą?”, “Gal žinote kokią kitą išeičių, kuri būtų tinkama?”.
- Vaiko, kuris pasiūlė netinkamą išeičių, paprašoma pagalvoti, kurią iš pasiūlytų išeičių jis galėtų pritaikyti. Teigiamą poveikį vaiko mąstymui ir elgesiui padaro išklaustyti grupės svarstymai apie išeitis.

Vaikai tobulina konfliktų sprendimo gebėjimus, mokosi atpažinti priekabiavimą ir tvarkytis su šiomis sudėtingomis situacijomis

- **Vaikai sužino dvi taisykles, susijusias su priekabiavimu ir mokosi pagal jas elgtis:**
 - Mes neturime teisės priekabiauti.
 - Jei prie mūsų kabinėjasi, galime prašyti pagalbos žmogų, kuriuo pasitikim.
- **Šios dvi taisyklės įtikina vaiką, kad priekabiavimas yra neleistinas elgesys ir apie jį reikia kam nors pasakyti.**
- **Vaikai svarsto, ką daryti, kai kas nors priekabiauja:**
 - pasiskųsti mamai
 - pakviesti policiją
 - pasisakyti broliui
 - paskambinti TV pagalbai
 - pasikalbėti
 - duoti sausainį, kad susidraugauti
 - palaistyti kartu gėlytę.
- **Naudinga suvaidinti priekabiavimo situaciją, kurioje vaikai pasiūlytų, kaip elgtis aukai.**

- **Vaikai mokosi rasti išeitį iš sunkios padėties naudodami domino lenteles ir “Stop” ženklą. Vaikai turi nutraukti pasakojimą ir ką nors pakeisti, kad būtų užbėgta už akių kylančiam konfliktui.**

Vaikai siūlo išeitis iš sunkios padėties:

1. Rokas galėjo pasakyti, kad neėmė Agnės penalo ir parodyti savo stalčių.
2. Simas galėjo pasiūlyti paieškoti.
3. Agnei reikėjo gerai patikrinti savo kuprinę.
4. Reikėjo penalo visiems ieškoti.

□ **Vaikai sužino, išbando atsipalaidavimo būdus, kurie praverčia supykus.**

1. Stabtelėjimas naudingas tuo, kad vaikai nereaguotų į susiklosčiusią situaciją pirmu į galvą šovusiu būdu.
2. Ko nors malonaus įsivaizdavimas žadina geras emocijas, ir pamažu atlėgsta pyktis.

□ **Vaidmenų žaidimuose vaikai naudoja taisykles “Kaip padėti draugui”:**

1. Išklausk
2. Atjaušk
3. Kartu ieškok išeities
4. Padėk prašyti pagalbos

Šios taisyklės paskatina vaikus galvoti apie kitus, juos išklausti ir bandyti suvokti bėdą, stengtis padėti.

Mokosi išgyventi ir priimti ypač skaudžias, stresą keliančias situacijas (tėvų skyrybas, persikėlimą gyventi kitur ir pan.); kalbasi apie mirtį ir netektis; mokosi kaip elgtis, susidūrus su dideliu sielvartu; apmąsto, ką galima daryti, kad sunkioje situacijoje palengvėtų.

- **Vaikai sužino, kad pasikeitimai ir netektys – kasdienės mūsų patirties dalis.**
- **Vaikai piešia pasikeitimus, įvykusius praėjusiais arba būsenčius ateinančiais metais. Vaikai pasakoja apie gerąsias ir blogąsias nupieštųjų pasikeitimų puses.**
- **Vaidmenų žaidime vaikai padeda pasikeitimą patyrusiam draugui suvokti gerąją to pasikeitimo pusę. Vienas vaikas vaidina žmogų, kuris išgyvena pasikeitimą, o kitas bando padėti suvokti jam gerąją padėties pusę.**
- **Vaikai dalyvauja pokalbyje apie mirtį, šneka apie Zepio mirtį, prisimena savo išgyventas netektis (žmogaus, gyvūnėlio), kalba apie jausmus, kylančius netekus mylimos būtybės.**
- **Svarsto, ką daryti, kad palengvėtų:**
 - paverkti
 - pasiklausyti muzikos
 - pasikviesti draugų
 - prisiminti gerus dalykus apie mirusį
 - nuvažiuoti prie kapo
 - pasikalbėti su mama, tėčiu.
- **Kalbėjimasis apie tai, kas vaiką slegia, paprastai savaime palengvina jo savijautą.**
- **Vaikai dalyvauja išvykoje į kapines. Ypatingoje aplinkoje užduoda pedagogui įvairius kylančius klausimus apie mirtį .**

Vaikai piešia pasikeitimus



Mašina nutrenkė šuniuką.



Aš turiu sesutę. Aš jau didelis, greitai mano gimtadienis.



Mirė mano senelis.



Aš jau su akiniais. Jau pavasaris.

Mokosi panaudoti įvairius būdus sunkumams įveikti, pritaikyti išmokus įgūdžius naujomis aplinkybėmis

- Vaikai mokosi įvairių būdų įveikti kasdienes pasikeitimus ir sunkumus. Aiškinasi, kad būna dvejopų situacijų: vienoje nieko negalima pakeisti. Tokios situacijos įveikiamos stengiantis susilpninti neigiamus jausmus ir kokiu nors būdu prisitaikyti prie netekties ar pasikeitimo. Kitose situacijose galima kažką pakeisti.

□ **Aplinkybės, kurias galima pakeisti:**

1. Žmonės stumdosi, pešasi, bet pasikalba ir susidraugauja.
2. Kai vaikai neduoda žaislų, reikia apsikabinti, paprašyti, pasidalinti žaislais.
3. Norėjau, kad atvažiuotų Laurynas, paprašiau mamos ir mama paskambino, ir Laurynas atvažiavo.

□ **Aplinkybės, kurių negalima pakeisti:**

1. Tėtis važiuoja į Ispaniją. Aš su juo pasikalbėjau telefonu.
2. Mano prosenelė mirė. Aš ją mačiau per VIDEO.
3. Gimė mano sesutė. Aš jai nusišypsojau.

- Vaikai sužino ir išbando susipažinimo ir prisistatymo taisykles, ruošdamiesi patekti į naują aplinką: prisistatyti; pasakyti apie save ką nors gera; pasakyti, kas tau patinka; pasakyti, kas tau nepatinka.

- Išmoktos susipažinimo taisyklės padeda vaikams gerai jaustis naujoje aplinkoje ir greitai susirasti draugų.

Veikla su specialiomis priemonėmis

- **Kai kuriose situacijose socialinių įgūdžių mokytis padeda specialios pasigamintos priemonės:**
 1. Vaikai naudoja “Paslaptinę dėžutę” ir korteles (jausmų, situacijų, išeičių, bendravimo ir kt.). Iš dėžutės vaikas ar keli vaikai ištraukia, pvz., situaciją, kurią reikės suvaidinti. Tai, suteikia netikėtumo, padeda susikonceptuoti, geriau susiorganizuoti veiklai.
 2. Vaikai pasidaro lėlę, panašią į savo draugą, ir pristato ją kitiems, pasakoja, kalbasi apie susidraugavimą, atsako į pedagogo klausimus: “Kaip reikia elgtis su draugais, kad juos išsaugotume?”, “Ko nereikėtų daryti, norint neprarasti draugų?”. Naudodami lėles, jie vaidina situaciją, kurioje draugui, patekusiam į bėdą, padeda rasti išeitį. Vaidina, kad atėjo į naują vietą ir nori susidraugauti.
 3. Vaikai naudoja “Žvaigždę” ir “Šiukšlių dėžę”, kad kiekvienai situacijai ir joje kilusiam slegiančiam jausmui galėtų priskirti būdą, padedantį pasijusti geriau. tinkamą būdą vaikai kabina po “Žvaigžde”, netinkamą – meta į “Šiukšlių dėžę”. Priemonė padeda aiškiau skirstyti išeitis į tinkamas ir netinkamas.
 4. Vaikai naudoja žaidimą “Domino” ir ženklą “Stop!”. Sustačius domino lenteles viena netoli kitos į ilgą eilę, užtenka stumtelėti pirmą lentelę, kad visos lentelės viena po kitos nukristų. Taip vaikai geriau supranta, kaip vystosi konfliktai –nuo menko nesutarimo iki didelių kivirčių, muštynių. Žaidimą kartojant, tarp domino lentelių padedamas ženklas “Stop!”. Pastūmus pirmąją lentelę, nukrinta tik lentelės iki ženklo “Stop!”. Vaikai aiškinasi ir supranta, kad, jei nors vienas dalyvis liausis bartis, peštis ir pradės elgtis taikiai, konfliktas gali greitai baigtis ir neįsipliekti.
 5. Vaikai pasidaro karūnas. Karūna padeda pasijusti šventiškai, apmąstyti ir pasakyti, ko kiekvienas vaikas išmoko, pajusti padidėjusias galimybes įveikti sunkumus.

“Paslaptingoji dėžė”



Mano draugas – popierinē lēlē



“Šiukšlių dėžė” ir “Žvaigždė”



Domino ir “Stop” ženklas



Karūnos



Svarbiausi vaikų sunkumų įveikimo įgūdžių ugdymo būdai:

1. Pedagogas skaito vaikams pasakojimus ir kalbasi su vaikais rūpimais klausimais.
2. Pedagogas užduoda vaikams skirtingo pobūdžio klausimus.(Naudojami atvirieji , apmąstymus skatinantys, probleminiai klausimai, padedantys atpažinti savo ir kitų jausmus, situaciją, kurioje jie kilo, galimas išeitis. Naudojami emocinę savijautą tyrinėti skatinantys klausimai. Užduoda klausimus “jeigu”,kad paskytum, kas su tavimi vyksta, kad sulauktum pagalbos. Klausimais skatina apsvarstyti bėdą, ieškoti išeičių).
3. Pedagogas siūlo vaikams tyrinėjimo, išbandymo situacijas.
4. Pedagogas skatina vaikų jausmų raišką ir apmąstymą piešiant bei vaidinant su pasidarytomis lėlėmis.
5. Pedagogas padeda vaikams sužinoti, perprasti ir pabandyti taikyti taisykles.
6. Pedagogas skatina vaikus žaisti vaidmenų žaidimus.
7. Pedagogas atsako į vaikų keliamus klausimus arba peradresuoja juos vaikams.

Programa naudinga kiekvienam vaikui:

1. Geranoriškas vaikas, augantis palankioje šeimos aplinkoje, t. y. neturintis ypatingų sunkumų, mokosi bendrauti, susidoroti su kasdienėmis problemomis ir bėdomis, tobulina socialinius įgūdžius. Sužino, kokių sudėtingų situacijų kartais gali iškilti ir kaip jose rasti tinkamų išeičių.
2. Vaikas, kurio aplinka šeimoje nepalanki, jį slegia, skaudina, taip pat ugdomi socialinius įgūdžius, t. y. Bando suvokti savo jausmus, ieškoti išeičių, kurios jam jau šiandien padėtų pasijusti geriau, išmoksta perimti grupės draugų paramą, prašyti pagalbos. Tikėtina, kad jis išmoks bendrauti taikiai, be agresijos, susiras draugų ir bus laimingesnis.
3. Vaikas, kuris jau įpratęs manipuliuoti kitais vaikais ir suaugusiais, dažnai pratrūksta, pasielgia agresyviai, sužino kitokių, pozityvių bendravimo būdų. Dalyvaujamas pratybose, vaidmenų žaidimuose vaikas išbando jų veiksmingumą, įsitikina, kad jie padeda palaikyti gerus santykius su kitais. Vaikas mokosi suvokti savo agresyvaus elgesio pasekmes – įsivaizduoti, kaip jaučiasi vaikas, kuriam jis sudavė. Išmokęs pats vertinti savo elgesį, vaikas galės tinkamus sprendimus priimti ir tada, kai šalia nėra suaugusiojo, ir taip taps savarankiškesnis ir atsakingesnis. Kai kuriems vaikams sunku įsijausti į kito vaiko būseną, todėl galima jiems padėti klausiant apie jų patirtį: prisiminti, kai jam kas nors trenkė, atėmė žaislą: kaip jis tuo metu jautėsi. Galima paprašyti kitų grupės vaikų papasakoti, kaip jie jaučiasi tada, kai juos užgauna, kažką atima. Ir tada ieškoti “Zipio draugų” geros išeities – kaip būtų galima pasielgti kitaip, kad nekenktų kitiems ir jam pačiam.

Programa naudinga kiekvienam vaikui:

4. Uždaras vaikas dėl valandėlių metu sukuriamos saugios ir tolerantiškos aplinkos, kur gerbiami ir priimami visi vaikų jausmai bei mintys, nėra kritikos ir vertinimų, pradeda kalbėti. Tada, kai vaikui leidžiama tylėti ir savo mintimis dalintis, kai norisi pačiam, vidinės kontrolės varžtai atsileidžia ir jis tampa atviresnis.
5. Naudinga programa ir hiperaktyviam vaikui. “Zipio draugų” valandėlių metu hiperaktyviam vaikui taikoma lietimą pojūtį stimuliuojanti veikla – duodamas palaikyti Zipis, pasakojimo iliustracijos. Jausdami pedagogo pasitikėjimą, tokie vaikai labiau pasitikės savimi ir bus ramesni. Naudinga, jei pedagogas pastebi, kada tokį vaiką apima pyktis, ir tuo momentu paprašyti jį stabtelėti, giliai įkvėpti ir pasistengti suprasti, kaip jis jaučiasi. Taip vaikas mokosi valdyti savo impulsyvumą ir kontroliuoti savo elgesį. Leisti pasireikšti vaikų aktyvumui, tačiau suteikiant ribas: “Zipio draugų” valandėlės metu padaryti pertraukėlę ir pažaisti su vaikais judrų žaidimą, leisti kurį laiką kelti triukšmą ar kitaip išlieti susikaupusią energiją.
6. Atstumtą vaiką programa moko neleisti priekabauti, o ieškoti pagalbos pas draugus, šeimos narius, pedagogus, kitus suaugusius, kuriais vaikas pasitiki. Programa moko, kad niekas neturi teisės priekabauti, kad priekabiavimas yra neleistinas elgesys, ir apie jį reikia kam nors pasakyti, prašyti pagalbos pas žmogų, kuriuo pasitikime. Kalbėtis su visa grupe, kaip jaučiasi tas, kuris yra atstumtas, ir iš kurio tyčiojamasi, ir ieškoti gerų išeičių.

Savaitė be patyčių

“Kuriamė draugystės knygą”

- Vaikai savo turimas žinias apie patyčias ir priekabiavimą pritaikė “Vaikų linijos” inicijuotoje akcijoje “Savaitė be patyčių”. Vaikai džiugiai priėmė pasiūlymą piešti “Draugystės knygą”. Noriai diskutavo šia tema, nes jau turi žinių iš “Zipio draugų” programos valandėlių. Į “Draugystės knygą” vaikai sudėjo savo kūrybą – pasakojimus iš savo patirties ir piešinius.
- Vaikai kūryboje gvildeno draugystės ir bendravimo temas: kas padeda išlaikyti draugystę ir draugus, o kas griaua; kas vaikus džiugina, o kas skaudina; kaip padėti pasijusti geriau draugui ir sau sunkioje situacijoje; apie emocijas, kurias sukelia patyčios ir priekabiavimas; apie vaikų siūlomas išeitis, jei prie draugo ar tavęs priekabiaujama, tyčiojamas; kaip pačiam netapti priekabiautoju.
- Šią “Draugystės knygą” padovanojome “Pelėdžiuko” bibliotekai. Tą dieną taip pat atvyko vaikai iš kitų darželių, kurie dalyvavo veikloje “Kuriamė draugystės knygą”.

Savaitė be patyčių

“Kuriamo draugystės knygą”



“Zipio draugams” – 10 metų (sukurti plakatai, stendinė medžiaga)



Išvados:

1. “Zipio draugai” padeda suvokti ir kalbėti apie jausmus. Vaikai gana greitai išmoko atpažinti savo jausmus, juos išsakyti, apie juos kalbėtis.
2. Vaikai greitai pradėjo taikyti susipažinimo taisykles ir draugystės išsaugojimo būdus: išmoko pastebėti kito savijautą, susipažinti, susidraugauti, tapo atidesni vienas kitam, stengėsi pasikalbėti, paguosti, atjausti, nuraminti, patarti draugui. Pagerėjo vaikų tarpusavio santykiai.
3. Vaikai išmoko kreiptis pagalbos į pedagogą ir bendraamžius, padėti kitam, pamokyti, kaip reikia elgtis.
4. Vaikai išmoko įveikti vienišumą, atstūmimą, patyčias ar priekabiavimą, įgijo konfliktų sprendimo gebėjimų.
5. Sumažėjo agresyvaus, nevaldomo elgesio atvejų. Išmoko susivaldyti.
6. Vaikai patys mokosi tinkamo elgesio būdų, išmoksta paprastų strategijų, kaip rasti tinkamas išeitis bet kurioje situacijoje, net ir naujoje, todėl mažiau priklauso nuo aplinkinių, tampa savarankiškesni, atsakingesni.
7. Sėkmingo bendravimo, atsipalaidavimo, geros išeities ir kitos taisyklės tampa orientyru, leidžiančiu savarankiškai rinktis tinkamus elgesio būdus.

Pasiūlymai

1. Tam, kad nauji vaikų įgūdžiai įsitvirtintų, reikia juos kartoti dažnai ir įvairioje aplinkoje.
2. Dėmesio jausmams reikėtų skirti visą dieną – taip vaikai supras, kad vidinis emocinis jų gyvenimas yra svarbus bei reikšmingas.
3. Sudaryti vaikams galimybę praktiškai patirti netinkamo elgesio (nesiklausymo) pasekmes – aptariama vaikų savijauta, kai kiti jo nesiklauso.
4. Kurioje nors sudėtingoje, įtampą keliančioje konfliktinėje situacijoje bendrame rate pasikalbėti apie tai, kas įvyko, ieškoti išeičių – kaip buvo galima pasiekti, kad visi pasijustų geriau. Jei vaikai patys nesugalvoja gerų išeičių, pedagogui pasiūlyti sprendimus ir savo pagalbą.
5. Mokyti atskirti, kada reikalinga suaugusiojo pagalba, o kada gali padėti ir draugai. Pasikalbėti, kaip jie galėtų padėti liūdinčiam ar nelaimės ištiktam draugui. Sukviesti vaikus į ratelį ir paprašyti papasakoti, kuris iš grupės vaikų tą savaitę jiems padėjo. Paploti padėjusiems.

Naudota literatūra:

1. Bieliauskienė I., Monkevičienė O., Okunauskienė A. Programa “Zipio draugai” Pedagogų profesinio meistriškumo tobulinimo vadovas. Kronta, 2009
2. Bieliauskienė I., Monkevičienė O., Okunauskienė A. Programa “Zipio draugai”. Vadovas konsultanto padėjėjui. II dalis. Kronta, 2009
3. Bieliauskienė I., Monkevičienė O., Okunauskienė A. Programa “Zipio draugai”. Menas įgalinti vaikus ugdytis sunkumų įveikimo gebėjimus. VŠĮ “Vaiko labui”, 2011

AČIŪ UŽ DĖMESĮ

