

Tarptautinė programa „Zipio draugai“

„Zipio draugai“ – tai tarptautinė programa, kurios tikslas padėti 5-7 metų vaikams išmokti lengviau įveikti kasdienes sunkumus. Programa siekia pagerinti vaikų emocinę savijautą, padėdama jiems įgyti socialinių ir emocinių sunkumų įveikimo gebėjimų. Tikima, kad dar vaikystėje įgiję gebėjimų, vaikai lengviau susidoros su kebliomis ir kritinėmis situacijomis ne tik ankstyvajame amžiuje, bet ir paauglystėje bei suaugę. Dalyvaujanti programoje „Zipio draugai“ vaikai mokosi:

- atpažinti savo jausmus ir kalbėti apie juos;
- aiškiai įvardinti/ pasakyti tai, ko nori pasakyti;
- dėmiai klausytis;
- kreiptis pagalbos ir padėti aplinkiniams;
- rasti draugų ir išsaugoti draugystę;
- įveikti vienišumą, atstūmimą ar priekabiavimą;
- nesileisti, kad būtų priekabiuojama;
- spręsti konfliktus;
- išgyventi pasikeitimus ir netektis bei prie jų prisitaikyti.

Programa padeda vaikams įveikti stresus ir kasdienes sunkumus, moko ieškoti būdų susitvarkyti su jausmais, įtvirtina gebėjimą naudotis parama ir ją teikti, ugdo vaikų empatiją.

Programa „Zipio draugai“ vykdoma ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo mokyklų priešmokyklinėse grupėse. Programą sudaro 6 dalys, o atskirą dalį – 4 valandėlės. Kurių kiekvienos trukmė 45 minutės.

Kiekviena programos dalis skirta atskirai temai:

1 dalis. „Jausmai“.

Vaikai pradeda programą kalbėdamiesi apie jausmus – liūdesį, džiaugsmą, pyktį, pavydą, jaudulį. Jie mokosi pasakyti, kaip jaučiasi vienoje ar kitoje situacijoje ir ieško būdų, galinčių padėti pasijusti geriau.

2 dalis. „Bendravimas“.

Šioje dalyje vaikai mokosi sėkmingai bendrauti: klausytis kitų, prašyti pagalbos ir aiškiai išreikšti tai, ką nori pasakyti, net jei tai ir sudėtingas dalykas. Šių valandėlių metu dažnai atsiveria net ir tyleniai, kurie išmoksta laisviau reikšti savo nuomonę.

3 dalis. „Tarpusavio santykių užmezgimas ir nutraukimas“:

Čia vaikai daugiau sužino apie draugystę – kaip susidraugauti ir išsaugoti draugystę, ką daryti, jei jie jaučiasi vieniši ir atstumti. Jie mokosi atsiprašyti ir susitaikyti su draugu po ginčo.

4 dalis. „Konflikto sprendimas“.

Šioje dalyje kalbama apie tai, kad spręsti konfliktus, ir pedagogai pastebi, kad vaikai išmoksta daug lengviau įveikti visokius nesutarimus. Taip pat nagrinėjama priekabių, arba patyčių, problema, ir vaikai ieško būdų, kaip priekabiautojus sustabdyti.

5 dalis. „Pasikeitimo ir netekties išgyvenimas“.

Čia kalbama apie didesnių ir mažesnių pasikeitimų išgyvenimą. Didžiausias pasikeitimas – tai kieno nors mirtis. Nors suaugusiems apie mirtį kalbėti dažnai sunku, vaikams taip būna retai: jie vertina galimybę atvirai pasikalbėti šia tema, daugeliui suaugusių

tapusia tikra tabu. Vienos valandėlės metu vaikai aplanko netoliese esančias kapines, ir, kaip nebūtų keista, kartais tai jiems tampa pačia įdomiausia visos programos valandėle.

6 dalis. „Įveikime kartu“.

Ši, paskutinioji, programos dalis įtvirtina vaikų įgytas žinias ir gebėjimus. Paskutinė valandėlė skiriama šventei – tada kiekvienam vaikui įteikiamas „Zipio draugų“ pažymėjimas.

Programos kiekvienos dalies pirma valandėlė pradedama nauju pasakojimu.

Pasakojimo herojai – vabaliukas Zipis ir jo draugai susiduria su visiems vaikams gerai pažįstamomis situacijomis – liūdi ir pavydi, draugauja ir pykstasi, išgyvena netektis ir sugeba vėl pasijusti gerai.

Programoje dalyvaujantys vaikai klausosi pasakojimų, atlieka įvairias užduotėles, kurių metu piešia, kalbasi, žaidžia ar vaidina. Per programos valandėles vaikams nenurodinėjama, kaip elgtis vienu ar kitu atveju – priešingai, jie skatinami patys mokytis ieškoti išeičių, kurios atitiktų pagrindinę vaikų mokymosi programos taisyklę: „Gera išeitis ta, kuri padeda vaikui pasijusti geriau ir neskaudina kitų“ (Geros išeities taisyklė).

Programa vyksta vienus mokslo metus, Valandėlės vaikams kartą per savaitę veda grupės pedagogas, prieš tai išklausęs specialius 28 akademinį valandų mokymus.