



Programa „Įveikiame kartu“

Programos „Įveikiame kartu“ tikslas – padėti vaikui iš(si)ugdyti socialinius bei emocinių sunkumų įveikimo gebėjimus, ugdyti pozityvius bendravimo ir problemų sprendimo gebėjimus ir taip užkirsti kelią priklausomybių, destruktivaus ir autodestruktyvaus elgesio atsiradimui bei gerinti bendrą emocinę vaiko savijautą.

Ši emocinių ir elgesio problemų prevencijos programa skirta 8 – 11 metų vaikams ir gali būti vykdoma visų tipų mokyklų pradinėse klasėse, popamokiniuose būreliuose, vaikų globos namuose ar dienos centruose. Programoje „Įveikiame kartu“ gali dalyvauti visi vaikai - tiek dalyvavę kitose prevencinėse programose, tiek ir nedalyvavę. Naudingiausia, jei vaikui sudaroma tęstinio dalyvavimo šiose programose galimybė – taip vienoje programoje įgyti gebėjimai įtvirtinami kitose ir turi didesnę tikimybę išlikti ilgam.

Dalyvaudami programoje „Įveikiame kartu“ vaikai mokosi suvokti savo jausmus, įžvelgti sunkius jausmus sukėlusias priežastis, savarankiškai ieškoti ir rasti išeitis kebliose situacijose, vis daugiau problemų gebėti įveikti savo jėgomis, bet ir neužsisklęsti savyje, o kreiptis pagalbos ir siūlyti savo pagalbą aplinkiniams. Apibendrinant, programa moko vaikus įveikti kasdienes sunkumus, ieškoti būdų susitvarkyti su savo jausmais, įtvirtina vaiko gebėjimą naudotis parama ir ją teikti.

Užsiėmimų metu klasės pedagogas kviečia vaikus įsitraukti į diskusijas, vaidinimą, žaidimus ar piešimą. Užsiėmimų tikslas - padėti vaikams suprasti savo jausmus; išmokti emociškai sunkiose situacijose rinktis išeitis, padedančias jam pačiam pasijusti geriau ir neskaudinančias kitų.

Programa supažindina pedagogus su praktiniais emocinių ir elgesio problemų atsiradimo ankstyvosios prevencijos būdais, padeda geriau suprasti vaiką, įgalina padėti vaikui pasijusti geriau bei kviečia būti kartu su savo ugdytiniu pilname iššūkių vaiko gyvenime. Programoje taip pat kalbama apie savęs pažinimo, savo elgesio priežasčių ir pasekmių suvokimo svarbą auklėjant vaikus.

Yra parengta programos metodinė medžiaga tėvams, kurioje aprašytos bendros tėvų ir vaikų veiklos namuose padedančios sutirpinti programos valandėlių metu įgytus gebėjimus.



Programa „Įveikiame kartu“ apima 16 temų

1. Mūsų jausmai: jausmų laikrodis
2. Mūsų jausmai: kaip nusiraminti
3. Emocinis sunkumų įveikimas ir įveikimas elgesiu: galiu pakeisti, negaliu pakeisti
4. Savikontrolė: ką galiu ir ko negaliu kontroliuoti
5. Refleksija: kas atsitiko, ką darei, kaip jautiesi
6. Kaip susidraugauti ir išsaugoti draugystę: ką kiti mėgsta veikti laisvalaikio
7. Draugystė: geras ir blogas draugas
8. Nesutarimai tarp draugų: kaip išspręsti konfliktą
9. Draugystė ir paslaptys: „geros“ ir „blogos“ paslaptys
10. Kai atrodo, kad viskas blogai: problemos sprendimas
11. Kaip ieškoti tinkamos išeities: kaip įvertinti, ar išeitis tinkama
12. Jei kas nors nesiseka: kaip rasti išeitį
13. Kai pats pasielgi netinkamai: jausmai ir išeitys
14. Ką daryti, jei kas nors priekabiauja, jei ko nors bijai: elgesio padariniai
15. Kaip pasakyti „ne“: ko aš noriu ir ko nenoriu
16. Kada ir kas gali padėti: mokykloje ir už mokyklos ribų

Kiek kiekvienai temai skirti laiko, sprendžia pats pedagogas. jei tema klasės mokiniams itin aktuali, ją galima nagrinėti ir kelis užsiėmimus. Jei ne, tada užtenka ir vieno 45 minučių trukmės užsiėmimo. Valandėles paprastai per vienus mokslo metus vaikams klasėje veda specialiai programą įgyvendinti paruoštas vaikų klasės pedagogas

Nuo programos įgyvendinimo Lietuvoje pradžios 2006 metais, joje yra dalyvavę daugiau nei 52 tūkstančiai vaikų, įgyvendinti programą paruošti 2.690 pedagogai iš visų šalies apskričių. Kasmet programoje vidutiniškai dalyvauja ≈5 tūkstančius vaikų, ≈250 pedagogų iš ≈120 ugdymo įstaigų visoje šalyje.

Programa įgyvendinama visoje Lietuvoje, tačiau seminarai pedagogams organizuojami tik keturiuose didžiuosiuose miestuose – Kaune, Klaipėdoje, Šiauliuose ir Vilniuje. Jei kitame Lietuvos mieste susirenka nemažesnė kaip 20-ies pedagogų grupė, programos lektoriai gali atvykti į šį miestą ir paruošti pedagogus taikyti programą „Įveikiame kartu“.

Programą „Įveikiame kartu“ įgyvendinti Lietuvos ugdymo įstaigose rekomenduoja LR Švietimo ir mokslo ministerija.
(Rekomenduojamų prevencinių programų sąrašas:



<https://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/PREVCINIŲ%20PROGRAMŲ%20SARAŠAS%202018%2005%2009.pdf>)



Programos „Įveikiame kartu“ autorių teisė priklauso VŠĮ „Vaiko labui“ ir ją sukūrusioms psichologei ir edukologei prof. dr. Onai Monkevičienei ir psichologei dr. Ievai Bieliauskienei.

Daugiau informacijos:

www.vaikolabui.lt

tel. +370 699 20 223

info@vaikolabui.lt