



Sąmoningumo didinimo mėnuo BE PATYČIŲ 2019

Siūlomos temos

Pateikiame jums idėją kiekvienai Sąmoningumo didinimo mėnesio BE PATYČIŲ 2019 savaitei. Siūlomos temos ir/ar jų aptarimo planas yra rekomendacinio pobūdžio. Tai tik mintis ir pasiūlymas, norint padėti pedagogui.

Siūlomų veiklų temos tiks visiems vaikams / mokiniams. Tačiau užduotys yra pritaikytos mažesniems, t.y. ikimokyklinio ir pradinio mokyklinio amžiaus vaikams.

Pirma savaitė

DRAUGAI

Siūlome paskirti laiko su vaikais pasikalbėti apie draugystę. Šių pokalbių **tikslas** - lavinti vaikų gebėjimą užmegzti draugystę ir tinkamai reaguoti į atstūmimą bei vienatvę.

Pradžioje galima vaikus paklausti, kuo jiems patinka ir nepatinka jų draugai. Paskui verta pakalbėti apie tai, ką galima daryti arba ko reikėtų vengti norint išsaugoti draugystę.

Vaikai dažnai atsiduria aplinkoje, kurioje nieko nepažįsta. Tokiose situacijose jie turi rasti būdų prisitaikyti, o svarbiausias jų — gebėjimas rasti naujų draugų. Paprašykite vaikų pasiūlyti būdų įsigyti naujų draugų. Gal vaikai norės tuos būdus „išbandyti“ – suvaidinti ar aptarti grupelėse.

Pasiūlykite vaikams pasikalbėti apie jausmus, kylančius išgyvenant draugų atstūmimą. Juk vaikai dažnai būna nepriimami kitų vaikų į žaidimus (ar kitas veiklas) atstumti ir tuomet jie išgyvena vienatvę. Tokie jausmai gali būti itin sunkūs, nes dažnai vaikas nežino, kas galėtų padėti jam pasijusti geriau. Pasiūlykite vaikams visiems drauge ieškoti būdų, padedančių užmegzti draugystę, ją išlaikyti ir spręsti nesutarimus su draugais.

Galite pasiūlyti klasei / grupei bendrai visiems sukurti „Sėkmingo bendravimo taisykles.“ Pavyzdžiui tokias:

- Pasakyk, kaip jautiesi
- Pasakyk, kodėl taip jautiesi
- Padėk kitiems tave suprasti, kitais žodžiais pakartodamas tai, ką sakei
- Gerbk kitus

Antra savaitė

KAIP PADĖTI DRAUGUI

Šio temos **tikslas** yra ugdyti vaikų empatiją, gebėjimą ir norą padėti šalia esančiam žmogui. Yra labai svarbu, kad vaikai suvoktų, kad kiekvienas gali suteikti pagalbą draugui ir gali sulaukti pagalbos pats.

Pradėkite pokalbį su vaikais klausdami, kas juos džiugina ir kas juos liūdina. Galite paklausti vaikų, iš ko jie atskiria ar žmogus linksmas / laimingas, ar nuliūdęs. Galite pasiūlyti vaikams pažaisti žaidimą – po vieną ar dviese – trise suvaidinti emociją (linksmas, ramus, liūdnas, piktas, susierzinęs, susijaudinęs, nusivylęs, kaltas, susigėdęs, nustebęs, išsigandęs, jaučiantis pasididžiavimą, užjaučiantis / jaučiantis gailestį, pavydintis), o kiti vaikai turi atspėti, kokį jausmą suvaidino ir paaiškinti, kaip / iš ko jie identifiko koks tai jausmas.

Pristatykite ir aptarkite su vaikais taisykles kaip padėti liūdesį išgyvenančiam draugui:

- Išklausk
- Atjauk
- Pasakyk jam, kad jis tau rūpi
- Pabūk su juo drauge
- Padaryk jam ką nors malonaus

Paprašykite vaikus teikti savus pasiūlymus, kas galėtų padėti draugui pasijusti geriau. Reiktų vaikams paaiškinti, kad jie nesiūlytų pagalbos variantų kaip pakeisti situaciją / išspręsti problemą, bet siūlytų išeitis, kurios padėtų draugui pasijusti geriau. Leiskite vaikams diskutuoti ar pasiūlytos išeitys tikrai padės draugui pasijusti geriau, ar jos tinkamos? Ar siūlydami išeitis, vaikai vadovavosi „Pagalbos draugui taisykles“?

	<p>Pristatykite vaikams ir kartu aptarkite „Pagalbos draugui taisyklės“:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Išklausk • Atjauk • Kartu ieškok išeitį • Padėk prašyti pagalbos <p>Verta pasiteirauti vaikų nuomonės, kodėl kiekviena iš jų yra svarbi.</p>
<p>Trečia savaitė</p>	<h2 style="color: purple;">KAIP ATPAŽINTI PATYČIAS</h2> <p>Šios temos tikslas - mokytis atpažinti patyčias, geriau suprasti taisykles dėl elgesio be patyčių ir sudaryti klasės sutartį dėl elgesio be patyčių (jei tokios dar nėra). Taip pat svarbu skatinti, kad vaikas save suvoktų kaip į klasės / grupės narį, būtų nusiteikęs bendradarbiavimui su kitais.</p> <p><i>Galite</i> pokalbį pradėti glaustai, konkrečiai ir aiškiai, pagal vaiko amžių įvardindami, kas yra patyčios. Labai svarbu ypač jaunesniems vaikams išaiškinti kuo skiriasi erzinimasis ir patyčios, draugiškas pašmaikštavimas ir patyčios; kad tėvų ar pedagogų drausminimas nėra patyčios.</p> <p><i>Pasiūlykite</i> vaikams įvardinti įvairius veiksmus, kuriuos jie laiko patyčiomis. Užrašykite juos lentoje. Tada drauge visa grupė / klase trumpai aptarkite kiekvieną – ar tai patyčios? kuriais atvejais tas pats veiksmas gali būti ne patyčios?</p> <p>Pasakykite vaikams, kad patyčios kelia sunkius jausmus – pyktį, neviltį, baimę, ... Paklauskite vaikų:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaip jaučiasi tas, iš kurio tyčiojamasi? • Kaip jaučiasi tas, kuris tyčiojasi? • Kodėl, vaikų nuomone, kas nors tyčiojasi iš kito? <p>Ir apsvarstykite visi drauge išsakytas mintis.</p> <p>Jei vaikų klasėje / grupėje koks nors vienas vaikas tyčiojasi iš kito, joje tvyro nedraugiška konflikto atmosfera. <i>Pasiūlykite</i> vaikams visiems drauge sukurti klasės / grupės taisykles dėl elgesio be patyčių ir sudaryti klasės sutartį ar susitarimą. (Jei tokio dar neturite.)</p> <p>Tegul taisyklės siūlo vaikai. Kiekviena taisyklė turėtų būti įrašoma į sutartį tik tuo atveju, jei jai pritaria klasės / grupės dauguma. Būtų gerai, jei sutartyje atsirastų šie du punktai:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Niekas neturi teisės tyčiotis iš kito žmogaus; 2. Jeigu patiriame patyčias, galime kreiptis pagalbos į žmogų, kuriuo pasitikime. <p>Būtinai priminkite vaikams, kad niekas neturi teisės žeminti ar skriausti kitų ir kad bet kuris žmogus, kuris patiria patyčias, gali kreiptis pagalbos į žmones, kuriais pasitiki.</p>
<p>Ketvirta savaitė</p>	<h2 style="color: green;">GEROS IŠEITIES TAISYKLĖS</h2> <p>Savaitę būtų gerai užbaigti pozityvia gaida. Tad siūlome pasikalbėti su vaikais apie tai, kas padeda išvengti konflikto, padeda bendrauti, kurti gerą klasės / grupės atmosferą ir kelia džiugesį.</p> <p><i>Pasakykite</i> vaikams, kad norite jiems pristatyti kelias taisykles, kurios padės pasirinkti / daryti sprendimus. Kad būtų linksmiau, pasiūlykite pažaisti žaidimą.</p> <p>Užrašykite aukštai lentoje „Aukšines geros išeities taisykles“ (<i>priedas nr. 1</i>):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gera išėjimas padeda man pasijusti geriau • Gera išėjimas nekenkia nei man, nei kitiems <p>Tada kairiame lentos šone pritvirtinkite iš <i>priedo nr. 2</i> iškirptą šiukšlių dėžę, o dešiniame - žvaigždę.</p> <p>Paprašykite vaikus prisiminti situaciją, kai jie išgyveno nemalonius jausmus (liūdesį, pyktį, susierzinimą, pavydą, jaudulį, ...) Jei reikės, padėkite jiems pateikdami pavyzdžių (turiu dainuoti prieš daugelį žmonių, sesuo manęs nepaklausė pasiėmė mano telefoną / žaislą, sudaužiau mamos mėgstamą puodelį, ...).</p> <p>Paprašykite vaikus pasakyti, kokį jausmą sukelia ši situacija.</p> <p>Paprašykite vaiką, kuris įvardino situaciją, pasiūlyti išėjimą, kuri padėtų pasijusti geriau. Priminkite, kad siūlydamas išėjimą, jis turi vadovautis „Aukšinėmis taisyklėmis.“ Paprašykite jo paaiškinti kodėl, jo manymu, ta išėjimas gali padėti pasijusti geriau.</p> <p>Paklauskite vaikus, ar tai tinkama išėjimas, ar ne.</p> <p>Jei vaikai nusprendė, kad išėjimas tinkamas – jį turi būti užrašyta po žvaigžde, jei ne – po šiukšlių dėže.</p> <p>Paprašykite vaiką, kuris įvardino situaciją, pasiūlytą išėjimą užrašyti lentoje.</p> <p>Paklauskite vaikus, gal po šiukšlių dėže yra parašytos išėjimas, kurios padėtų pasijusti geriau kitokiose</p>

	<p>situacijose. Jeigu taip, paprašykite vaikus įvardinti situacijas ir nubrėžti strėlytę prie tinkamas išeičių po žvaigždę.</p> <p>Priminkite vaikams, kad skirtingi žmonės gali pasirinkti skirtingas išeitis – svarbu, kad šios išeitys atitiktų „Auksines taisykles“.</p> <p>Pasakykite vaikams, kad norint priimant teisingą sprendimą reikia žengti keturis žingsnius (<i>priedas nr.3</i>):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nusiramink 2. Suprask problemą 3. Sugalvok daug išeičių / sprendimų 4. Išsirink geriausią išeitį / sprendimą <p>Padiskutuokite su vaikais, kodėl kiekvienas žingsnis svarbus.</p>
Smagiai pabaigai	<p><i>Jei yra laiko ir vaikai nori</i>, galite pasiūlyti sąmoningumo didinimo mėnesio BE PATYČIŲ 2019 pabaigai pažaisti klasę / grupę / komandą buriantį žaidimą „Linkėjimų šulinys.“ (Šis žaidimas labiau tinka jau rašantiems vaikams.)</p> <p>Priminkite vaikams, kad šioje klasėje jie drauge jau gana ilgą laiką. Pasakykite, kad tik nuo jų pastangų priklauso, ar klasė taps dar draugiškesnė, geresnė, ar visiems bus smagiai ir maloniai kasdien eiti į mokyklą. Parodykite jiems „Linkėjimų šulinį“ (gražiai apipavidalintą dėžutę) ir paaiškinkite, kad jie visi turės sugalvoti po linkėjimą: vieną palinkėjimą visai klasei. Paprašykite vaikus užsimerkti ir pagalvoti apie vieną dalyką, kurį norėtų pakeisti klasėje.</p> <p>Tuomet paprašykite visų atsimerkti ir kiekvienam paduokite po tuščią linkėjimų kortelę (popieriaus lapelį). Vieną kortelę pasiimkite ir jūs – užrašykite joje, ką jūs norėtumėte pakeisti šioje klasėje. Tada kortelę sulankstykite ir įmeskite į „Linkėjimų šulinį“. Tą patį tegul padaro vaikai – užrašo po norą savo kortelėse, sulanksto ir įmeta į šulinį. Pasakykite vaikams, kad jie gali rašyti, ką tik nori, ir kad nereikia įrašyti savo vardo kortelėje.</p> <p>Suskirstykite klasę į grupes po keturis–penkis vaikus. Gerai pakratykite „Linkėjimų šulinį“ ir paprašykite vaikus išsitraukti po vieną kortelę.</p> <p>Kiekviena grupelė turi aptarti savo narių ištrauktus palinkėjimus. Ar jie sutinka su tuo, kas parašyta kortelėse? Ar tai įmanoma? Kaip būtų galima tai įgyvendinti? Paprašykite vaikų pasiruošti palinkėjimus pristatyti visai klasei, plačiau pakomentuojant, kaip juos būtų galima įgyvendinti.</p> <p>Pasakykite vaikams, kad nieko baisaus, jei kai kurie linkėjimai yra nerealiūs, neįgyvendinami. Labai svarbu jau vien norėti ir stengtis, kad jų klasė taptų draugiškesnė.</p>

Paruošė veiksmo savaitės BE PATYČIŲ 2018 partneriai



VšĮ VAIKO LABUI
 Šv. Ignoto g. 5 – 258,
 01144 Vilnius
 mobile:+370 (699) 20 223
 e-mail: bepatyciu@vaikolabui.lt
www.vaikolabui.lt

VšĮ VAIKO LABUI koordinuoja programų įgyvendinimą:



Auksinės taisyklės pasirenkant gerą sprendimą

GERAS SPRENDIMAS

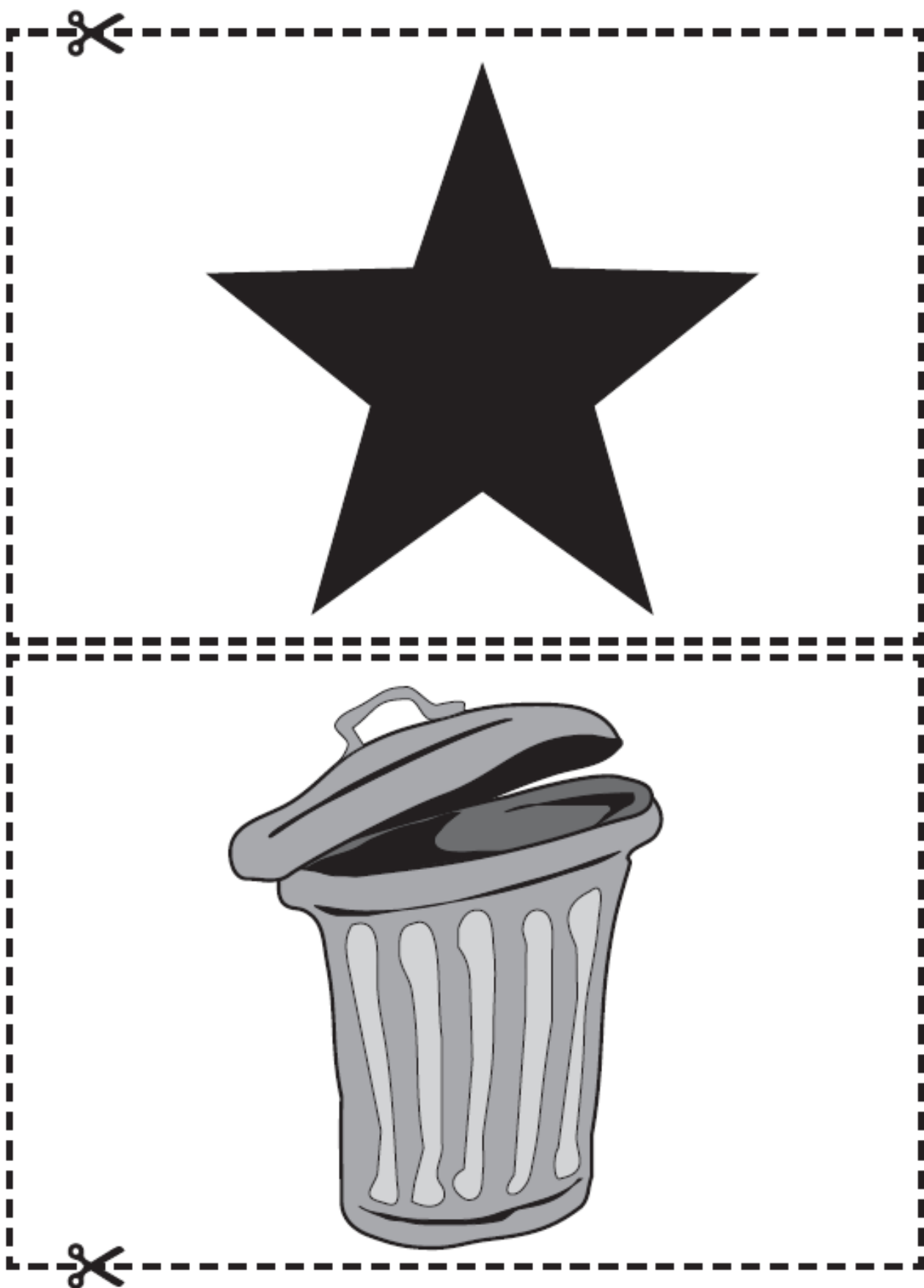
Padedu man
pasijusti
geriau



Nekenkia
nei man,
nei kitiems



Žvaigždė ir šiukšlių dėžė



Kaip priimti gerą sprendimą

