

W TROSCE O ZDROWIE EMOCJONALNE MAŁEGO DZIECKA

Samorządowe Centrum Edukacji w Tarnowie upowszechnia program „Przyjaciele Zippiego”



Międzynarodowy Program promocji zdrowia psychicznego dla małych dzieci „Przyjaciele Zippiego” upowszechniany od 2005 roku przez CMPPP w Warszawie realizowany jest w każdym województwie. Przyjaciele Zippiego to program angielskiej organizacji charytatywnej *Partnerstwo na rzecz dzieci*, którego głównym celem jest promowanie zdrowia emocjonalnego małego dziecka. Adresatami programu są dzieci w wieku 5 – 7 lat. Ponadto program skierowany jest do rodziców, bowiem ma na celu ujednoczenie oddziaływań w stosunku do dzieci oraz wzmacniania określonych postaw. Dotychczas programem objętych zostało około 15 tysięcy dzieci.

Program składa się z sześciu części:

- **Uczucia**

Dzieci omawiają uczucia smutku, szczęścia, złości, zazdrości i zdenerwowania. Ćwiczą mówienie tego, jak czują się w różnych sytuacjach i poznają sposoby poprawiania własnego samopoczucia.

- **Komunikacja**

W ramach tej części dzieci uczą się skutecznej komunikacji. Program uczy dzieci wysłuchiwać innych. Uczy ich jak prosić o pomoc i mówić to, co chce się powiedzieć, nawet w niesprzyjających okolicznościach. Często nawet „ciche” dzieci otwierają się w czasie spotkań i uczą się wyrażać siebie swobodniej.

- **Nawiązywanie i zrywanie więzi**

Dzieci uczą się o przyjaźni – jak nawiązywać i utrzymywać przyjaźnię, jak radzić sobie z samotnością i odrzuceniem. Ćwiczą jak mówić przepraszam i jak godzić się z przyjacielem po sprzeczce.

- **Rozwiązywanie konfliktów**

Ta część dotyczy tego, jak rozwiązywać konflikty, a według nauczycieli szybko sprawia, że dzieci łatwiej akceptują swoje odmienności. Ta część w szczególności,

dotyczy problemu prześladowania i tego, co dzieci mogą zrobić, jeśli ktoś prześladowa je lub kogoś innego.

- **Przeżywanie zmiany i straty**

Ta część stanowi refleksję nad radzeniem sobie ze zmianami, zarówno wielkimi jak i małymi. Największą zmianą ze wszystkich możliwych, jest czyjaś śmierć. Mimo, że dorośli często uważają, że śmierć jest bardzo trudnym tematem do rozmowy, to jednak małe dzieci bardzo rzadko tak uważają. Chętnie wykorzystują okazję do otwartego mówienia na temat, który stał się tabu dla wielu dorosłych. Jedno spotkanie poświęcone jest odwiedzeniu miejsca pamięci lub cmentarza i może wyda się to zaskakujące, ale jest ono często określane jako najwocześniejsze spotkanie z całego programu.

- **Dajemy sobie radę**

Ostatnia część stanowi podsumowanie wszystkiego, czego dzieci nauczyły się: znajdowania różnych sposobów radzenia sobie, pomagania innym oraz adaptowania się do nowych sytuacji. Końcowe spotkanie jest swego rodzaju świętowaniem, połączone z wręczaniem koron i dyplomów.

Każda część zawiera odrębne opowiadanie. Opowiadania prezentują bohaterów w okolicznościach dobrze znanych małym dzieciom takich jak: przyjaźnienie się, zdobywanie i tracenie przyjaciół, prześladowanie, radzenie sobie ze zmianą i stratą. Każde opowiadanie jest zilustrowane przy pomocy zestawu barwnych obrazków i uzupełnione zadaniami takimi jak rysowanie, odgrywanie ról i zabawy.

Program uczy dzieci:

- Jak określać własne uczucia i jak o nich rozmawiać
- Jak mówić to, co chce się powiedzieć
- Jak słuchać uważnie
- Jak prosić o pomoc
- Jak nawiązywać i utrzymywać przyjaźnie
- Jak radzić sobie z samotnością i odrzuceniem
- Jak mówić przepraszam
- Jak radzić sobie z prześladowaniem
- Jak rozwiązywać konflikty

- Jak radzić sobie ze zmianą i stratą, między innymi ze śmiercią
- Jak adaptować się do nowych sytuacji
- Jak pomagać innym

W ramach umowy SCE w Tarnowie zobowiązało się do upowszechniania programu z zakresu zdrowia psychicznego na terenie województwa małopolskiego i wdrażania Programu „Przyjaciele Zippiego” na obszarze działania SCE, jak również upowszechniania - w miarę możliwości - Programu również poza miastem, w którym znajduje się siedziba Placówki Doskonalenia.

Przez ostatnie trzy lata w 30 placówkach (przedszkolach i szkołach) realizowany jest program „Przyjaciele Zippiego”. Liczba przeszkolonych nauczycieli to 62 osoby. Programem objętych zostało 707 dzieci w tym 603 dzieci 6 – letnich, 104 – 7 letnich. W dokumentacji SCE posiadamy ewaluacje szkoleń, karty monitoringu, sprawozdania ze spotkań superwizyjnych, służących wymianie doświadczeń oraz przygotowaniu do kolejnych części Programu. Na stronie internetowej SCE zamieszczona jest aktualna oferta i zaproszenie nauczycieli do udziału w realizacji programu. Kolejna grupa chętnych nauczycieli zostanie przeszkolona jesienią 2009r.

Satysfakcjonujące dla mnie jako trenera jest to, że na stronie internetowej CMPPP w Warszawie www.cmppp.edu.pl w rubryce **realizatorzy o programie** można przeczytać opinie nauczycieli, którzy podjęli się realizacji zajęć z nowymi grupami dzieci ich sukcesy i trudności w realizacji programu.

Dostrzegane korzyści z realizacji programu:

- zmniejszenie ilości konfliktów w grupie,
- zmiana sposobów rozwiązywania konfliktów,
- samodzielne rozwiązywanie problemów,
- poprawa relacji interpersonalnych w grupie,
- bardziej dojrzałe wyrażanie uczuć.

Nauczyciele prowadzący zajęcia zauważają:

- dzieci uczą się rozmawiać o uczuciach (co z początku sprawia im kłopot),
- podczas zajęć pojawiają się zwierzenia, przeżycia dzieci,

- zaczynają mówić dzieci nieśmiało,
- dzieci rozmawiają w grupie o stracie, śmierci; rozumiały, że płacz po stracie nie jest czymś złym,
- dzieci śmieiej proszą dorosłych o pomoc,
- dzieci bardzo szybko uczą się przekładać na życie przykłady z opowiadań,
- w wielu codziennych sytuacjach w przedszkolu dzieci odwołują się do reguł przyjętych na zajęciach.

Cieszymy się, że co roku przybywa nam coraz więcej przyjaciół Zippiego. W miesiącach III – V 2009 r. na zaproszenie KO W Krakowie Delegatura w Gorlicach odbędą się spotkanie informacyjno – promocyjne Programu „Przyjaciele Zippiego”. Ukazały się w prasie lokalnej artykuły na temat realizacji programu np. „Powiedz mi, co czujesz?”, „W kręgu przyjaciół Zippiego”. Strona internetowa Samorządowego Centrum Edukacji w Tarnowie www.sce.pl stwarza możliwość dzielenia się uwagami, wymiany doświadczeń i komentowania różnych tematów wokół problemu jakim jest zdrowie emocjonalne. Serdecznie zapraszamy.

opracowanie

Grażyna Skrzekucka