



„PRZYJACIELE ZIPPIEGO”

Program realizowany w grupie Motyli

„Przyjaciele Zippiego” to międzynarodowy program promocji zdrowia psychicznego, który kształtuje i rozwija umiejętności psychospołeczne u małych dzieci w wieku 5-8 lat. Uczy różnych sposobów radzenia sobie z trudnościami i wykorzystywania nabytych umiejętności w codziennym życiu oraz doskonali relacje dzieci z innymi ludźmi. Nie koncentruje się on na dzieciach z konkretnymi problemami czy trudnościami, ale promuje zdrowie emocjonalne wszystkich małych dzieci.

Jest to cykl 24 spotkań, realizowanych przez nauczyciela, wychowawcę w najstarszych grupach przedszkolnych oraz w pierwszych klasach szkół podstawowych, w oparciu o bardzo starannie opracowane materiały.

Program został zbudowany na założeniu, że małe dzieci można nauczyć radzenia sobie z problemami i trudnościami, dzięki czemu będą lepiej funkcjonować w młodości i w życiu dorosłym, korzystając z tych umiejętności.

Wiek 5-7 lat, to okres rozwojowy, któremu towarzyszy wiele zmian, ogromne tempo uczenia się i nabywania nowych kompetencji. Jest to również etap przekraczania progu szkolnego. Program „Przyjaciele Zippiego” uczy dzieci, jak radzić sobie ze zmianami i wyzwaniem, jak rozwiązywać konflikty i dobrze funkcjonować w grupie. Jest to jedyny program, w którym z małymi dziećmi rozmawia się na temat śmierci i uczuć, jakie towarzyszą nam w sytuacji utraty kogoś bliskiego.

Realizując zajęcia, nie mówimy dzieciom, co mają robić, ani: *"To rozwiązanie jest dobre, a tamto złe"*. Natomiast zachęcamy dzieci do analizowania sytuacji życiowych i zastanawiania się nad możliwościami postępowania w tych sytuacjach.

Program pokazuje także, jak ważna jest rozmowa z innymi, kiedy odczuwamy smutek lub złość i jak ważne jest słuchanie innych, kiedy oni przeżywają trudne chwile.

Program „Przyjaciele Zippiego” ma na celu promocję zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia małych dzieci, poprzez rozwój ich umiejętności komunikacyjnych i społecznych, ułatwiających dobre funkcjonowanie w grupie, nawiązywanie przyjaźni, radzenie sobie z problemami i trudnościami.

Program został stworzony specjalnie dla dzieci 5-8 letnich o różnym poziomie umiejętności. Uczy dzieci jak radzić sobie z codziennymi problemami, jak nazywać uczucia, jak o nich

rozmawiać oraz jak najlepiej dobierać sposoby radzenia sobie. Program zachęca również do współpracy i pomagania innym dzieciom.

Jedną z ważniejszych cech programu jest to, że był tworzony jako program uniwersalny, w przeciwieństwie do innych programów, które koncentrują się na pomocy dzieciom doświadczającym konkretnych problemów lub trudności. Ten program może pomóc wszystkim dzieciom.

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