

Bls 1

INFORMACIJE ZA RODITELJE

Zipijevi prijatelji

Bls 2

Zdravlje

Mnogo se pažnje polaže na dečje fizičko zdravlje. Pazimo da dobro jedu, toplo ih oblačimo u zimskom periodu, podstičemo ih da se bave sportom i da su u dobroj telesnoj kondiciji.

Ali da li obraćamo dovoljno pažnju na njihovo duševno zdravlje i dobrostanje? Znamo li da li su deca zadovoljna sama sa sobom, kako se slažu sa drugom decom, kako se suočavaju sa teškoćama i razočaranjima?

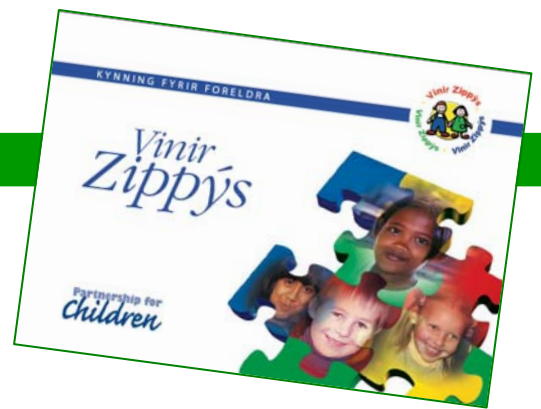
Emotivno zdravlje je preduslov sreće i uspeha u životu, a čak i vrlo mala deca mogu da nauče razne načine na koje mogu da se oslone u međuljudskim odnosima i kada treba da se suočavaju sa poteškoćama.

Ova brošura predstavlja program nazvan Zipijevi prijatelji, koji je posebno osmišljen da bi pomogao deci uzrasta od pet do sedam godina da razviju sposobnost dobre komunikacije u školskom okruženju. Brošura objašnjava šta će dete naučiti tokom programa i na koji način roditelji mogu pomoći da deca uspeju da savladaju metode koje uče.

“Ukoliko možemo naučiti decu da se suoče sa poteškoćama, ona će biti spremnija da rešavaju probleme i krizne situacije kada budu adolescenti i odrasli ljudi.”

- Paul Rubenstein, Predsednik, Partnership for Children





Bls 3

„Primetila sam da su mnogi roditelji iznenađeni kada vide da se decu može naučiti kako da se suoče sa teškoćama. U njihovom uzrastu, deca su prijemljiva i upijaju sve informacije. Evaluacija programa Zipijevi prijatelji je pokazala da je zaista koristan“

- Caroline Egar, voditelj programa Zipijevi prijatelji

Suočavati se sa teškoćama

Svi mi – i deca i odrasli se ponekad suočavamo sa problemima i poteškoćama

I odraslim ljudima se dešava da se suočavaju i ne slažu sa drugima. Nesretni smo ili se osećamo nesigurno na poslu. Emocionalna veza završava u suzama. Smrt bliske osobe. Često nam je teško opisati rečima vlastita osećanja.

Ukoliko uspemo da pronađemo način na koji da se suočimo sa teškoćama i razočaranjima, osećamo se bolje. Istraživanja su pokazala da što više načina na koji da reši problem čovek pronađe, veća je verovatnoća da će situaciju rešiti na povoljan način.

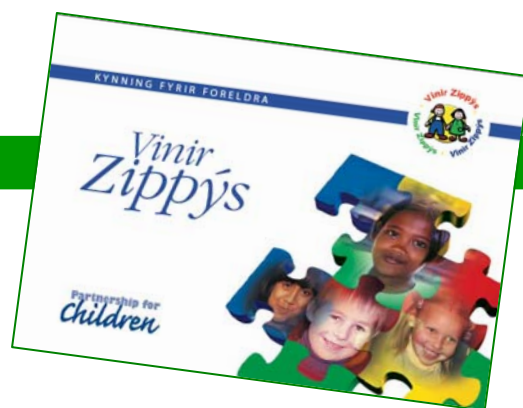
Decu takođe ne mimoilaze poteškoće. Mogu im se desiti razni problemi. Svakodnevni, kao što je svađa na igralištu, ljubomora prema bratu ili sestri. Veći problemi, kao što je promena škole ili ukoliko postanu žrtva nekog siledžije u školi.

Deca će, baš kao i odrasli, lakše pronaći rešenje u teškim situacijama ukoliko znaju više načina na koji mogu da reše problem.

Iskustvo je pokazalo da deca uzrasta pet do šest godina shvataju da se u svim situacijama može primeniti više načina za rešavanje problema. Ukoliko savladaju tu tehniku u početku školovanja, ona će im koristiti i u konfliktnim situacijama u kojima se budu nalazili i kao odrasli.



Bls 4



“Opšte je mišljenje da ovaj program pomaže deci u odnosima sa drugom decom i nastavnicima, a osim toga lakše rešavaju svakodnevne konfliktne situacije u kojima se nađu” (iz izveštaja o programu)

Istraživanja su pokazala da dobar uspeh u školi nije garancija da će deca moći na pozitivan način da se suočavaju sa problemima u životu, da će moći da sklapaju čvrste veze sa drugim ljudima, da će imati dovoljno samokontrole i voditi dobar i ispunjen život.

Iako je dobar uspeh u školi važan, emocionalno i psihičko zdravlje dece je jednako važno.

Zbog toga je korisno da se deca upoznaju sa Zipijevim prijateljima – naučice metode kako da se suočavaju sa svakodnevnim teškoćama i kako da uživaju u životu.

Deca pokazuju bolji uspeh i bolje uče u školi ukoliko se dobro osećaju i dobro slažu sa drugima.

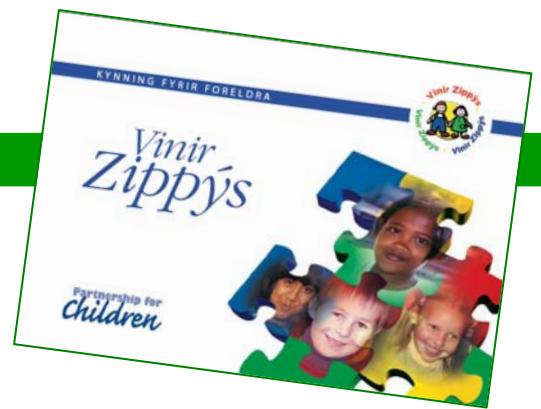
“Sada mi je jasno da mala deca imaju istu potrebu da razgovaraju o svojim osećanjima i problemima, baš kao i odrasli” – Nastavnik

Bls 5

Zipijevi prijatelji – opis programa

Zipijevi prijatelji je nastavni materijal za malu decu, bez obzira na njihovu inteligenciju i zrelost. Materijal nije namenjen samo deci sa određenim problemima u ponašanju, nego je napravljen sa namerom da pomogne emocionalnoj stabilnosti sve dece. On se može koristiti u dečjim vrtićima i najmlađim uzrastima u osnovnoj školi. Dužina programa je jedan nastavni čas nedeljno u trajanju od 24 nedelje. Nastavnik koji radi po programu treba da bude posebno za to obučen.





Nastavni materijal Zipijevi prijatelji se sastoji od šest posebnih delova. Sa svakim delom je povezana jedna priča. Zipi je glavno lice u svim pričama. Zipi je posebna „mušica“ kojoj su prijatelji devojčice i dečaci. U pričama se Zipi i prijatelji suočavaju sa pojmovima i događanjima koja su deci poznata iz vlastitog života – prijateljstvo, sklapanje prijateljstva i gubljenje prijatelja, maltretiranje, promene, gubici i počinjanje ispočetka. Svaka priča je ilustrovana i uz nju se nalaze razne vežbe, kao na primer crtanje, gluma i druge igre. Nastavni materijal je posebno sastavljen imajući u vidu decu od pet i šest godina, a korišćenje materijala je pokazalo da je ono deci veoma zanimljivo.

Bls 6

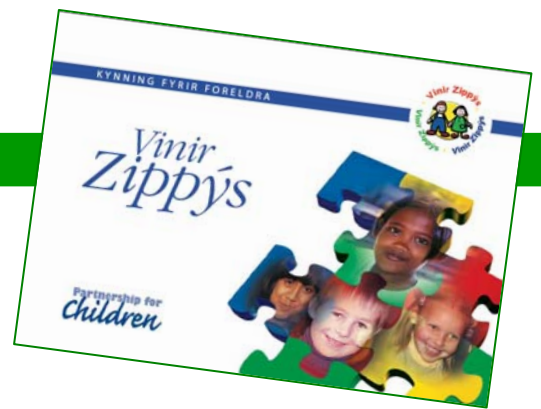
Program će naučiti decu:

- Kako da prepoznaju osećanja i govore o njima
 - Kako da kažu ono što hoće da kažu
 - Kako da pažljivo slušaju
 - Kako da traže pomoć od drugih ukoliko im je potrebna
 - Kako da sklapaju i održavaju prijateljstva
 - Kako da se suočavaju sa usamljenošću
 - Kako da se izvinjavaju
 - Kako da se suočavaju sa siledžijama
 - Kako da rešavaju konflikte
 - Kako da se suočavaju sa promenama i gubicima, uključujući smrt bliskih osoba
 - Kako da se adaptiraju na nove situacije
 - Kako mogu da pomognu i potpiru druge

Namera programa Zipijevi prijatelji nije da da deci gotova rešenja kako da se ponašaju u određenim situacijama nego ih podstiče da sami nađu svoj način kako da reaguju. Deca se vežbaju da izaberu ne samo rešenja koja koriste samo njima, nego uče da poštuju poglede drugih.

Detaljnije informacije o programu Zipijevi prijatelji se mogu naći na sajtu www.partnershipforchildren.org.uk i na sajtu Centra za opšte zdravlje www.lydheilsustod.is/lydheilsustod/gedraekt/vinnir-zippy.





Bls 7

Detaljniji opis programa

Program Zippijevi prijatelji je podeljen na šest delova. Svaki deo je podeljen na četiri lekcije u trajanju od četiri časa.

1. DEO OSEĆANJA

Deca razgovaraju o ljudskim emocijama – kakav je osećaj biti tužan, radostan, ljut, ljubomoran, nervozan ili napet. Deca se vežbaju da opisuju kako se osećaju u raznim situacijama i kako mogu da reaguju da bi se bolje osećali.

2. DEO IZRAŽAVANJE

U ovom delu deca uče kako da se izražavaju na način koji ostali razumeju. Naučiće takođe kako da slušaju druge, kako da traže pomoć ukoliko im je potrebna i kako da kažu ono što žele čak i u neugodnim situacijama. Deca koja su inače po prirodi zatvorena uspevaju da se otvore u ovom delu programa i izražavaju oslobodnije nego pre.

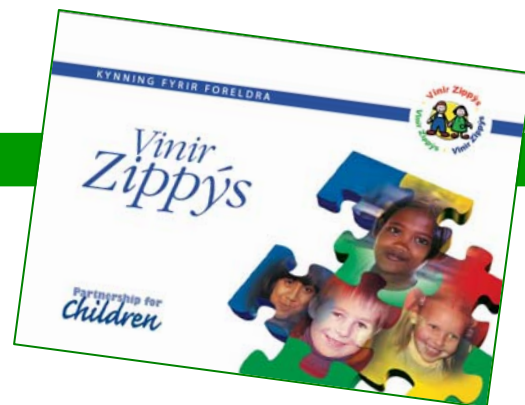
3. DEO PRIJATELJSTVA

U ovom delu deca uče o prijateljstvu – kako se stiču prijatelji i održavaju prijateljstva, ali i kako da se suoče sa usamljenosti i odbijanjem. Deca vežbaju kako da se izvину kad treba i kako da se pomire posle svađa i rasprava.

4. DEO REŠAVANJE SVAĐE

U ovom delu deca se uče kako pomiriti različita mišljenja. Nastavnici koji rade sa decom u ovom delu kažu da je iskustvo pokazalo da deca veoma brzo nauče kako da rasprave svoje svađe. Posebna se pažnja posvećuje problemima kao što su maltretiranje i izazivanje i šta deca mogu da urade ukoliko postanu nečije žrtve ili budu svedoci maltretiranja.





5. DEO PROMENE I GUBICI

U ovom delu se bavimo promenama u životu – velikim i malim. Najteža promena u životu svakog čoveka je smrt neke bliske osobe. Dok odraslima teško pada da razgovaraju o smrti, mala deca sa tim obično nemaju problema, drago im je da imaju priliku da razgovaraju na otvoren način o toj temi. U programu se posećuje groblje i čak štaviše to je jedno od najbolje procenjenih delova programa.

6. DEO USPEŠNA REŠENJA

U ovom završnom delu programa pokazujemo deci da su naučila da na uspešan način rešavaju svoje probleme, pomažu drugima i privikavaju se na nove situacije, te da pomažu drugima da se priviknu na njih. Na zadnjem času deca dobijaju priznanje za učestvovanje u postignut uspeh u programu.

Bls 8

Koliko je uspešan program Zipijevi prijatelji?

Za šest godina koliko je program bio u razvoju nekoliko hiljada dece u Danskoj i Litvi je učestvovalo u njemu. Nastavnici i deca su redovno ispitivani i ispunjavali upitnike pre i posle pohađanja programa, a rezultati su zatim upoređivani sa rezultatima dece koja nisu učestvovala u programu.

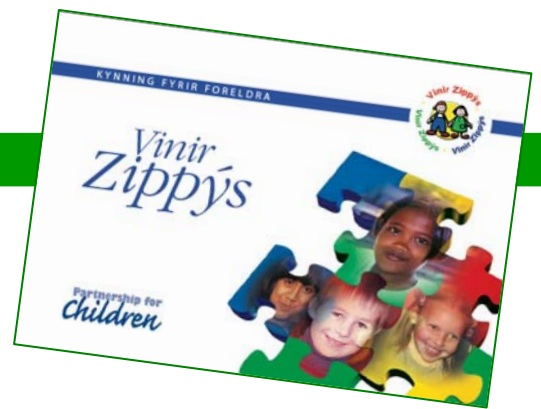
Rezultati tih provera su potvrdili da deca koja su učestvovala u programu su bila uspešnija u komunikaciji sa drugima, saradnji, donošenju odluka, samokontroli, toleranciji prema drugima i rešavanju problema.

Najvažniji rezultat programa Zipijevi prijatelji je da deca nauče razne pozitivne reakcije koji utiču na njihovo ponašanje, kao na primer:

- Izvinjavati se
- Govoriti istinu
- Razgovarati sa prijateljem
- Razmišljati o problemu
- Biti uravnotežen

Deca su manje koristila negativne reakcije, kao što su ljutnja, griženje nokata i vrištanje. Program je pozitivno uticao i na dečake i na devojčice.





Posebna studija urađena u Litvi godinu dana nakon završetka programa je pokazala da su deca i dalje reagirala na pozitivan način koji su naučili u programu. Mnogi nastavnici tvrde da je program pomogao atmosferi u razredu i smanjenju sukoba i omogućio im da bolje razumeju decu. Neki su čak rekli da im je Zipi pomogao da reše sopstvene probleme!

Detaljnije informacije o procenama programa se mogu naći na sajtu www.partnershipforchildren.org.uk

„Sedamdeset dva posto roditelja je primetilo promene u dečjem ponašanju koje direktno povezuju učestvovanju u programu. Deca su bila slobodnija u ophođenju, bolje cenila prijateljstva, bila paživija, srdačnija i iskrenija i pokazivala više razumevanja za druge“ (Ispitivanje litvanskih roditelja)
„U toku programa sam ustanovila koliko malo znam o deci. Sada mogu da razgovaram sa njima o bilo čemu.“ (Nastavnik)

Bls 9

Na koji način mogu roditelji da pomognu?

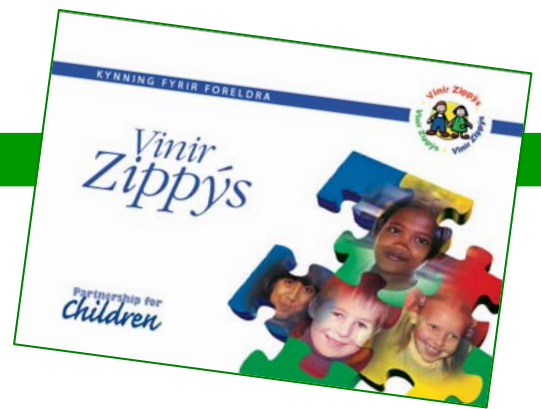
Iako je program Zipsevi prijatelji namenjen obučenicima, roditelji mogu takođe da se priključe da bi deca imala što više koristi od učestvovanja u programu. Navodimo nekoliko primera:

„Učestvovanje u programu je potpuno promenilo naše živote. Moja deca slušaju jedno drugo kod kuće. Nisam mogla da verujem da je Zipi samo mali insekt.“ (majka)

„Poznajem i nekoliko odraslih osoba koje bi imale koristi od ovog programa.“ – (nastavnik)

- Mnogi nastavnici organizuju roditeljski sastanak pre početka programa. Savetujemo vam da dođete na sastanak da bi se informisali o programu i slobodno postavljajte pitanja.
- Tražite od nastavnika raspored i opis časova kako bi znali koje se teme obrađuju. Na taj način moći ćete pratiti program i razgovarati sa decom o temama, što će im pomoći na časovima.





- Deca će donositi kući crteže, slike i razne zadatke koje su uradili na časovima ili trebaju da završe kod kuće. Pokazujte interesovanje za to što donesu i pitajte ih šta su radili na času.
- Budite u vezi sa školom koju dete pohađa. Recite nastavniku ukoliko se u vašoj porodici dešava nešto što škola treba da zna.
- Možda ćete primetiti da je vaše dete manje svadljivo, strpljivije i bolje se snalazi u rešavanju problema. Sve pozitivne promene zaslužuju pohvalu i nagradu.
- Spremite se na to da će vaše dete biti pričljivije i slušajte šta ima da kaže.

Zahvaljujemo se Mreži za socijalnu promenu (Network for Social Change) za pomoć u realizaciji ove brošure. Zahvaljujemo se i GlaxoSmithKline za pomoć u međunarodnom razvoju i evaluaciji programa Zipijevi prijatelji.

Partnership for Children 26-27 Market Place, Tel 44 (0) 20 8974 6004
www.partnershipforchildren.org.uk
Kingston upon Thames, Surrey KT1 1JH, England Fax 44 (0) 20 8974 6600 e-mail info@partnershipforchildren.org.uk

