

PRZYJACIELE ZIPPIEGO

1. KRÓTKO O PROGRAMIE

„Przyjaciele Zippiego”

Program promocji zdrowia psychicznego dla dzieci w wieku 5 – 7 lat.

Jest to międzynarodowy program, który kształtuje i rozwija umiejętności psychospołeczne u małych dzieci. Uczy różnych sposobów radzenia sobie z trudnościami i wykorzystywania nabytych umiejętności w codziennym życiu oraz doskonali relacje dzieci z innymi ludźmi. Program był gruntownie badany i ewaluowany w Danii oraz na Litwie. W trakcie sześcioletniego okresu testowania i udoskonalania powstała jego obecna wersja.

Program składa się z sześciu części:

1. Uczucia
2. Komunikacja
3. Nawiązywanie i zrywanie relacji
4. Rozwiązywanie konfliktów
5. Radzenie sobie ze zmianą i stratą
6. Dajemy sobie radę

1. Uczucia

Dzieci uczą się rozpoznawać i nazywać uczucia: smutku, szczęścia, złości, radości, zazdrości i zdenerwowania. Poznają sposoby poprawiania własnego samopoczucia.

2. Komunikacja

W ramach tej części programu dzieci uczą się skutecznej komunikacji: słuchania innych, proszenia o pomoc, mówienia tego, co chcą powiedzieć nawet w niesprzyjających okolicznościach.

3. Przyjaźń

Ta część poświęcona jest przyjaźni. Dzieci uczą się jak nawiązywać i zachowywać przyjaźnię, jak radzić sobie z samotnością i odrzuceniem. Ćwiczą jak mówić przepraszam i jak godzić się z przyjacielem po sprzeczce.

4. Rozwiązywanie konfliktów

Czwarta część dotyczy rozwiązywania konfliktów, w szczególności problemu prześladowania. Dzieci uczą się, co mogą zrobić w sytuacji, gdy ktoś je prześladowuje lub prześladowane są inne dzieci.

5. Radzenie sobie ze zmianą i stratą

Ta część stanowi refleksję nad radzeniem sobie z utratą najbliższych oraz ze zmianami, zarówno wielkimi jak i małymi. W tej części rozmawiamy z dziećmi na temat radzenia sobie z najtrudniejszą zmianą – jaką jest śmierć kogoś bliskiego.

Centrum Pozytywnej Edukacji, 01-327 Warszawa, ul. Sochaczewska 31 B

Tel: 608 370 777; fax: 22 350 7939; e-mail: info@pozytywnaeducacja.pl;

www.pozytywnaeducacja.pl;

6. Dajemy sobie radę

Ostatnia część stanowi podsumowanie wszystkiego, czego dzieci nauczyły się w czasie programu, czyli znajdowania różnych sposobów radzenia sobie z trudnościami, pomagania innym, oraz adaptowania się do nowych sytuacji. Końcowe spotkanie jest swego rodzaju świętowaniem, połączonym z wręczaniem pamiątek i dyplomów.

2. ZAŁOŻENIA I CELE PROGRAMU

www.partnershipforchildren.org.uk/zippy/concept.html - tłumaczenie fragmentów:

Podstawowe założenie, jakie przyświeca programowi *Przyjaciele Zippiego* jest bardzo proste- jeśli nauczymy małe dzieci, jak radzić sobie z trudnościami, to w okresie dorastania i dorosłości, powinny lepiej radzić sobie z problemami i kryzysami.

Program został stworzony specjalnie dla sześciolatków o różnym poziomie umiejętności. Uczy dzieci, jak radzić sobie z codziennymi trudnościami, jak określać uczucia, jak o nich rozmawiać oraz jak najlepiej dobierać sposoby rozwiązywania konfliktów. Program zachęca również dzieci do współpracy i pomagania innym.

(...)

Jedną z ważnych 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. Zamiast zajmować się problemami osobistymi, promuje zdrowie emocjonalne.

Program *Przyjaciele Zippiego* nie mówi dzieciom, co mają robić, ani nie mówi: „To rozwiązanie jest dobre a tamto złe”. Natomiast zachęca dzieci do analizowania i zastanawiania się nad sobą i różnymi sposobami rozwiązywania trudności.

Program nie koncentruje się wyłącznie na pomaganiu dzieciom, jak mają radzić sobie z własnymi problemami, ale pokazuje, jak ważne jest rozmawianie z innymi, kiedy odczuwamy smutek lub złość, jak ważne jest słuchanie innych, kiedy doświadczają problemów.