APIE VEIK PROGRAMĄ

Vaiko emocijų išraiškos kontrolės (VEIK) programa – prevencinė programa, skirta vaikų ir jaunuolių socialiniams bei emociniams įgūdžiams stiprinti ir pozityviai mokyklos bendravimo kultūrai kurti.

Programos metu dalyviai mokosi atpažinti ir suprasti savo bei kitų jausmus, reguliuoti stiprias emocijas, tinkamai išreikšti pyktį, bendradarbiauti, spręsti konfliktus ir priimti brandesnius sprendimus.

Programos pagrindas – praktinių įgūdžių ugdymas. Užsiėmimai vyksta pagal struktūruotą metodiką, naudojant specialistams skirtą vadovą ir parengtą užsiėmimų medžiagą. Taikomi aktyvaus mokymosi metodai: vaidmenų žaidimai, darbas grupėse, tinkamo elgesio skatinimas ir grįžtamojo ryšio teikimas.

Programoje orientuojamasi į vaiko mokymąsi suprasti savo elgesį, įvertinti jo pasekmes ir ieškoti tinkamesnių reagavimo būdų. Vaikai skatinami kelti klausimą *„Kaip galėjai pasielgti kitaip?“* ir mokytis konstruktyviai spręsti kasdienes situacijas. Siekiama, kad programos metu įgyti įgūdžiai būtų palaikomi ir taikomi visoje mokyklos bendruomenėje.

VEIK programos tikslas - stiprinti mokinių socialines ir emocines kompetencijas, ugdant jų gebėjimą atpažinti, suprasti ir reguliuoti savo emocijas, tinkamai reikšti pyktį, konstruktyviai bendrauti ir priimti atsakingus sprendimus.

Įgyvendinant programą mokykloje siekiama, kad vaikai ir jaunuoliai išmoktų taikyti įgytus įgūdžius kasdienėse situacijose, o tinkamas, pagarbus ir konstruktyvus elgesys taptų palaikoma visos mokyklos bendruomenės norma.

Mokyklos bendruomenė ir tėvai yra supažindinami su VEIK programos pagrindiniais principais ir kartu turi galimybę išbandyti kai kuriuos įgūdžių ugdymo pratimus (pvz., pykčio ratas, tinkamų sprendimų priėmimas konfliktinėse situacijose).

VEIK metodą gali taikyti tik parengti VEIK vadovai. Mokykloje VEIK užsiėmimus vaikams veda 2 VEIK vadovai (švietimo pagalbos specialistai ir / ar mokytojai). Jie aprūpinami metodine medžiaga, esant poreikiui, teikiama metodinė pagalba. Nuo 2011 m. VEIK programą Lietuvoje įsidiegė daugiau nei 135 ugdymo įstaigos.

PROBLEMOS, KURIAS PROGRAMA PADEDA SPRĘSTI MOKYKLOJE

VEIK programa padeda spręsti vaikų ir jaunuolių, turinčių nepakankamus emocinius ir socialinius įgūdžius, problemą. VEIK metodas numato prielaidas, kad vaikas ir jaunuolis turi visas galimybes mokytis naujų elgesio modelių, kurie būtų labiau adaptyvūs (t.y. leistų jam integruotis mokyklos aplinkoje).

Programa skirta visiems vaikams ir jaunuoliams, kuriems svarbu stiprinti socialines bei emocines kompetencijas, o ypač gali būti naudinga patiriantiems elgesio, emocijų reguliavimo ar bendravimo sunkumų. Šiems vaikams dalyvavimas programoje gali tapti papildoma pagalbos priemone, padedančia ugdyti konstruktyvesnius elgesio modelius.

Programa taip pat padeda gerinti vaikų santykius su tėvais mokytojais ir bendraamžiais, spręsti kasdienes bendravimo situacijas bei stiprinti pozityvų elgesį. Vaikai, lankantys VEIK grupes, tampa tinkamo elgesio modeliu klasėje ir tarp bendraamžių.

VEIK programa padeda vaikams / jaunuoliams mokytis:

- atpažinti, suprasti, reguliuoti ir tinkamai reikšti savo jausmus;
- suprasti kitų žmonių emocijas ir atsižvelgti į jausmus;
- atpažinti ir valdyti stiprius nemalonius jausmus (pvz., pyktį);
- bendradarbiauti, išklausyti kitus ir teikti pozityvų grįžtamąjį ryšį;
- bendravimo įgūdžių (pvz., tinkamai išsakyti ir priimti kritiką);
- spręsti konfliktus ir ieškoti alternatyvių elgesio būdų;
- suprasti savo elgesio pasekmes ir tinkamo elgesio naudą;
- keisti nuostatas ir priimti brandesnius moralinius sprendimus kasdienėse situacijose.

KOKIO AMŽIAUS VAIKAMS SKIRTA?

VEIK programa skirta 8-18 metų vaikams ir jaunuoliams. Vaikų grupės formuojamos atsižvelgiant ***į vaikų amžių***, pvz., 8-10 m., 10-12 m., 14-16 m., ne didesniu nei 2 metų amžiaus skirtumu.

VEIK PROGRAMOS STRUKTŪRA

Programa įgyvendinama dviem tarpusavyje susijusiais lygmenimis: pagrindinis lygmuo skirtas tiesioginiam vaikų ir jaunuolių socialinių bei emocinių įgūdžių ugdymui, o palaikomasis lygmuo įtraukia suaugusiuosius – tėvus, mokytojus ir kitus mokyklos bendruomenės narius. Toks modelis padeda vaikams ne tik mokytis naujų elgesio būdų struktūruotų užsiėmimų metu, bet ir juos įtvirtinti kasdienėse situacijose.

Praktinis programos įgyvendinimas:

- **Trukmė** – rekomenduojama programą įgyvendinti per 3-4 mėn., organizuojant du užsiėmimus per savaitę. Jei užsiėmimai vyksta kartą per savaitę, programos įgyvendinimo laikotarpis gali būti ilgesnis.
- **VEIK vadovai:** programą mokykloje įgyvendina mokyklos specialistai, baigę 96 akademinių valandų VEIK vadovų rengimo programą. Vienai grupei užsiėmimą veda du VEIK vadovai pagal parengtą VEIK metodiką ir užsiėmimų medžiagą.
- **Vaikų užsiėmimai:** 33 užsiėmimai po 2 ak. val.
- **Užsiėmimai suaugusiesiems:**
  - **Tėvams,** 3 užsiėmimai po 2 ak. val.
  - **Mokyklos bendruomenei,** pristatymo renginiai.

Programa ypač aktuali mokiniams, patiriantiems emocijų reguliavimo, elgesio ar bendravimo sunkumų, tačiau jos veiklos naudingos visiems vaikams, siekiantiems stiprinti socialines ir emocines kompetencijas.

Grupėje vaikai mokosi konkrečių įgūdžių emociškai saugioje aplinkoje, daugelį įgūdžių vaikai įgyja mėginant atlikti (t.y. atlieka įgūdį vaidmenų žaidimų pagalba, 75 proc. užsiėmimų paremti praktiniu mokymusi), vaikų pastangos ir tinkamo elgesio pavyzdžiai yra pastebimi bei pastiprinami, vaikai sulaukia grįžtamojo ryšio ne tik iš grupės vadovų, bet ir grupės dalyvių.

PROGRAMOS IŠSKIRTINUMAS IR KUO JI NAUDINGA MOKYKLOS BENDRUOMENEI

VEIK programa išsiskiria struktūruotu ugdymo turiniu, praktiniu pobūdžiu ir nuosekliu socialinių bei emocinių įgūdžių lavinimu. Programos rezultatai siejami su tęstiniu ir nuosekliu jos įgyvendinimu, aktyviu mokinių dalyvavimu bei galimybe išmoktus įgūdžius taikyti realiose gyvenimo situacijose.

Todėl ypatingu programos privalumu tampa suaugusiųjų (tėvų ir mokyklos bendruomenės) įtraukimas - tėvai, mokytojai ir kiti mokyklos bendruomenės nariai supažindinami su vaikų ugdomais įgūdžiais ir skatinami juos nuosekliai stiprinti kasdienėje aplinkoje. Kryptingas suaugusiųjų grįžtamasis ryšys padeda palaikyti ir įtvirtinti vaikų įgūdžius ir kurti aplinką, kurioje nauji elgesio būdai gali būti saugiai praktikuojami.

Programa tiesiogiai (t. y. praktikuojant įgūdžius grupėje) padeda vaikams ir jaunuoliams įgyti svarbių įgūdžių, tokių kaip, jausmų atpažinimas ir jų išraiška; stiprių jausmų atpažinimas ir reguliavimas; socialinių ir bendravimo įgūdžių, tokių kaip, „pagalbos prašymas“, „kritikos išsakymas ir priėmimas“ ir kt.; sudėtingų sprendimų priėmimas kasdienėse situacijose.

Mokyklai nuosekliai įgyvendinant abu programos lygmenis tikėtina ši nauda:

- stipresnės mokinių socialinės ir emocinės kompetencijos;
- geresni bendravimo ir konfliktų sprendimo įgūdžiai;
- pozityvesni mokinių tarpusavio santykiai;
- didesnis tinkamo elgesio pasirinkimų ir emocijų reguliavimo gebėjimas;
- palankesnės sąlygos kurti saugią, pagarbią ir įtraukią ugdymo aplinką.

Taip įgyvendinama VEIK programa prisideda prie mokyklos bendruomenės gerovės: vaikams suteikia praktinių emocijų reguliavimo, bendravimo ir problemų sprendimo įgūdžių, o suaugusiesiems – bendrus principus, padedančius šiuos įgūdžius palaikyti kasdienėje mokyklos ir šeimos aplinkoje.

BENDRA VEIK PROGRAMOS DIEGIMO ŠVIETIMO ĮSTAIGOJE TRUKMĖ 4-5 MĖNESIAI:

• VEIK vadovų mokymai (12 mokymo dienų po 8 ak. val., 96 ak. val.). Mokymų ciklai (12 dienų) išsidėsto per 4 mėnesius po 3 dienas. Iš kiekvienos mokyklos turi dalyvauti 2 būsimi VEIK vadovai.

• VEIK seminarai mokyklos bendruomenei (1 diena, 8 ak. val.). Seminarai mokyklos bendruomenės nariams (9 asm.) organizuojami mokinių atostogų metu sudarant galimybes mokytojams atvykti. Su VEIK programa supažindinama mokyklos bendruomenė.

• Grupės ir individualios supervizijos. Supervizijos išsidėsto per visą VEIK programos diegimo laikotarpį, pradėjus vesti VEIK vaikų grupes savo institucijoje.