

## TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS PEDAGOGINĖ PSICHOLOGINĖ TARNYBA

### Vykdomos programos:

1. Bendravimo su vaikais tobulinimo kursai tėvams; 20 valandų mokymų programa, skirta teismo įpareigotiems išklaudyti ją tėvams, globėjams (rūpintojams). Vienoje kursų grupėje gali būti ne daugiau kaip 12 ir ne mažiau kaip 4 asmenys. Nesurinkus grupės, gali būti teikiamos individualios socialinio pedagogo ir psichologo konsultacijos. Mokymų kaina 37,65 eurų.

*Programos paskirtis – užtikrinti bendravimo su vaikais tobulinimo kursų efektyvumą, sudarant sąlygas tėvams, globėjams (rūpintojams) atsakingiau vykdyti tėvų, globėjų (rūpintojų) pareigas.*

*Programos tikslas – formuoti pozityvios tėvystės nuostatas, tėvams suteikti žinių apie vaikų ugdymą ir auklėjimą, stiprinti jų bendravimo su vaikais įgūdžius.*

2. Efektyvios tėvystės įgūdžių; 12 val. (4 k. x3 val.) mokymai skirti tėvams, globėjams (rūpintojams), kurie nori patobulinti savo tėvystės gebėjimus.

Mokymų metu nagrinėjamos temos: vaiko raida ir elgesys, geresnio ryšio su vaiku kūrimas, jausmų supratimas ir valdymas, pozityvi disciplina. Dalyvių skaičius 6-10.

3. Ankstyvosios intervencijos (psichoaktyvių medžiagų vartojimo). Ši 8 val. programa skirta 14-21 metų amžiaus jaunimui, eksperimentuojančiam / nereguliariai vartojančiam alkoholį, narkotikus ar rūkantiems, kai dar nėra išreikštų priklausomybės požymių. 5-8 dalyviai.

4. Paauglių pozityvių tėvystės įgūdžių. Programos metu jaunuoliai sužinos, kas yra pozityvi tėvystė, kokios tėvų funkcijos ir atsakomybės. Supras, kokių asmeninių savybių reikia, norint tapti atsakingais tėvais ir kaip to siekti. Mokysis atpažinti sveikus ir toksiškus santykius draugystėje ir meilėje. Praktiškai susipažins su kūdikiu - simulatoriumi. 8 dalyviai grupėje.

5. Vaikų socialinių įgūdžių ugdymo. Socialinių įgūdžių grupės tikslas yra gerinti vaikų ir paauglių bendravimo, bendradarbiavimo, sprendimų priėmimo bei problemų sprendimo įgūdžius. Taikoma 1-10 klasių mokiniams. 10 val. užsiėmimai. Užsiėmimai vyksta kartą per savaitę 1 val. Užsiėmimų pradžia numatoma susirinkus panašaus amžiaus 6-10 asmenų grupei.

6. Mokinių savęs pažinimo. Programa skirta paaugliams, norintiems pažinti save. 5 susitikimai po 1,5 val.; iki 8 dalyvių.

7. Individuali dėmesio lavinimo programa, taikant biogražtamąjį ryšį („Biofeedback“). Skirta mokiniams, turintiems mokymosi sutrikimų (bendrųjų, specifinių, kalbos, aktyvumo ir dėmesio). Taikoma 1-12 klasių mokiniams. Nuo 10 užsiėmimų iki 30 (pagal poreikį). 1 užsiėmimo trukmė 30-45 min; 1 kartas per savaitę.

### Seminarai:

1. Specialiosios pedagogikos ir specialiosios psichologijos kvalifikacijos tobulinimo kursai mokytojams; 60 val.; minimalus dalyvių skaičius – 16.

2. Krizių valdymas mokykloje; 8 val., iki 25 dalyvių.

3. Krizių valdymas darželiuose; 8 val., iki 25 dalyvių.

4. Savižudybių prevencija; 6 val., iki 25 dalyvių.

5. Gabių mokinių ugdymas; 6 val., iki 25 dalyvių.

6. Gabaus vaiko „kailyje“ – suprasti, padėti, dirbti kartu... Ką turi žinoti mokytojas; 18 val. akredituota programa, 12-20 dalyvių.

## Paskaitos:

### **Psichologė Rasa Ragažinskienė**

**Vaiko dienos režimas.** Vaiko dienos režimas – teisingas paros paskirstymas, atsižvelgiant į vaiko amžių, sveikatą, gyvenimo sąlygas ir individualias ypatybes. Miego, valgymo ypatumai. Skirta ikimokyklinio amžiaus vaikų tėvams. Apie 30min.

**Esminiai sėkmingos tėvystės veiksniai ir komponentai.** Probleminis elgesys ir jo valdymas, užmigimo sunkumai, neklausymas, melavimas. Skirta ikimokyklinio amžiaus vaikų tėvams. Iki 1 val.

**Bendravimas ir bendradarbiavimas. Kitų akimis.** Vaizdo apie save, kaip apie bendraujančią asmenybę, palyginimas su kitų nuomone. Skirta 4 - 6 kl. mokiniams. 45 min.

**Patyčių įtaka žmogui.** Eksperimentas, pamokanti istorija, bendras piešinys, užduotis. Skirta 3 – 6 kl. mokiniams. 45 min.

**Emocinės įtampos įveikimo būdai.** Pokalbis su mokiniais, susipažindinimas su kai kuriais emocinės įtampos mažinimo būdais. Skirta 6-12 kl. mokiniams. 45 min.

### **Psichologė Asta Jakonienė**

#### **Paskaita tėvams „Vaikų adaptacija darželyje“ (1 val.).**

Paskaitos tikslas – supažindinti tėvus su pirmosios vaiko adaptacijos periodu, galimais sunkumais, vaiko išgyvenimais. Tėvai gaus praktinių žinių, kaip padėti savo vaikui šiuo periodu, kada reikėtų sunerinti, ką reiškia užsitęsusi adaptacija.

#### **Praktikumus pedagogams „Emocijos darbe“ (3 val.).**

Praktikumus skirtas pedagogų emocinėms kompetencijoms lavinti. Praktikumų metu pedagogai lavins gebėjimą suprasti, atpažinti, priimti ir išreikšti skirtingas emocijas. Įvertins savo Emocinio intelekto lygį, praktiškai išbandys įvairias emocijų įveikimo technikas.

#### **Praktikumus pedagogams „Mokinių emocinės kompetencijos ugdymas klasės valandėlių metu“ (2 val.).**

Praktikumų tikslas – supažindinti pedagogus su metodikomis, skirtomis lavinti vaikų emocines kompetencijas. Dalyviai sužinos mokinių emocinės kompetencijos ugdymo naudą bei poreikį. Susipažins su psichoedukacinėmis metodikomis.

#### **Praktinė paskaita pedagogams „Streso valdymo strategijos taikant KET metodus“ (3 val.).**

Paskaitos metu dalyviai susipažins su Kognityvinės elgesio terapijos tikslais bei pagrindiniais metodais. Supras minčių, jausmų ir elgesio ryšį. Išmoks atpažinti savo mintis ir supras, kaip valdyti stresą ir nerimą savo gyvenime.

#### **Paskaita ikimokyklinio ir pradinio ugdymo pedagogams „Darbas su agresyviais vaikais. Elgesio sunkumų įveikimas“ (2 val.).**

Paskaitos tikslas –supažindinti pedagogus su agresijos sąvoka, vystymusi tam tikrais amžiaus tarpsniais. Dalyviai praktiškai išbandys kelias elgesio sunkumų įveikimo technikas. Žinos, kaip dirbti su agresyviais vaikais.

#### **Praktinė paskaita tėvams, pedagogams „Pyktis. Kaip tvarkytis su sunkiais jausmais?“ (2 val.).**

Paskaitos metu dalyviai supras pykčio funkciją, raišką skirtingais amžiaus tarpsniais ir praktiškai išbandys kelias įveikos strategijas. Dalyviai įgis žinių, kaip pyktis veikia suaugusius ir vaikus, ir kaip elgtis, kai vaiką užvaldo stiprus pyktis.

#### **Paskaita tėvams, pedagogams „Vaikų baimės. Kaip padėti?“ (2 val.).**

Paskaitos metu pedagogai ir tėvai sužinos, kokios baimės yra būdingos vaikams pagal amžiaus tarpsnius ir kada tai jau tampa problema. Kokie būdai padeda mažinti vaikų baimes, kaip elgtis suaugusiam.

#### **Paskaita tėvams ir pedagogams „Pasakų terapija – priemonė vaikų nerimui įveikti (2 val.)“**

Paskaitos tikslas – supažindinti su pasakų terapija, jos paskirtimi bei naudojimu. Dalyviai sužinos, kokius sunkumus galima spręsti taikant šį metodą.

#### **Grupiniai pykčio įveikimo užsiėmimai pagal VEIK programą 8 – 14 m. vaikams. (6 užsiėmimų ciklas po 1,5 val.).**

Grupinių užsiėmimų metu dalyviai išmoks atpažinti pykčio jausmą savyje ir kituose žmonėse. Supras, kas skatina pyktį, o kas slopina. Supras, kaip tinkamai reaguoti pykčio situacijoje.

### **Psichologė Kira Solovjovienė**

#### **Paskaita tėvams ir mokytojams „Kada vaikas brandus mokyklai“ (1 val.)**

Dalyviai bus supažindinti su teisės aktais, reglamentuojančiais brandumo mokyklai įvertinimą, sužinos apie brandumo mokyklai kriterijus, atliks praktines užduotis.

#### Tyrimai:

1. Gabių mokinių atranka (6-11 metų mokiniai) 1 mokinio vertinimas 4,50 eurų, jei dalyvauja visa klasė arba srautas.
2. Mokinių mokymosi stilių nustatymas.
3. Adaptacija mokykloje.
4. Sociometrinis tyrimas (klasės psichologinis klimatas).
5. Patyčios mokykloje.