

## Socialinių emocinių įgūdžių ugdymo programa - KIMOCHIS

**Kimochis programa skirta padėti vaikui įgyti žinių, įgūdžių, kurie reikalingi:**

- gebėjimui suprasti ir valdyti savo emocijas,
- globoti bei rūpintis kitais,
- kurti tvirtus santykius,
- priimti atsakingus sprendimus,
- konstruktyviai spręsti keblias situacijas.

**Šie įgūdžiai būtini siekiant:**

- gerų mokymosi rezultatų,
- kuriant pozityvius tarpusavio santykius,
- lavinant emocinį intelektą.



**Yra penki minkšti žaislai - kimočiai.**

**Kiekvienas turi skirtingus jausmus, charakterį, pomėgius:**

**Balandė Meilė** – atrodo lyg visų kimočių mama. Ji miela, rūpestinga ir pašalina visus nesklandumus. Balandė Meilė yra personažas, ugdantis vaikų kilnumą, rūpestingumą, išdidumą, dėkingumą ir optimizmą;

**Debesėlis** - nenusipėjamas personažas. Vieną dieną jis linksmas, kitą – piktas, koks bus trečią, niekas nežino. Jis padeda vaikams išmokti numatyti, planuoti ir naudoti tokį balso toną, veido išraišką ir žodžius, kurie nepaisant nemalonių jausmų padėtų išlaikyti teigiamus santykius;

**Lipšniakojė** - miela ir jausminga būtybė. Ji visada šypsosi, nori apsikabinti, neatsisako padėti, tačiau kartais neįvertina savo jausmų bei draugiškumo stiprumo ir taip užgožia kitus. Lipšniakojė padės vaikams išmokti susikoncentruoti;

**Vikšrelis** - protingas, atidus ir labai atsargus. Vikšrelis yra personažas, mokantis vaikus kaip prisijungti į žaidimus ir būti drąsiu siekiant savo tikslų;

**Katytė** - moka įtikinti. Kai ji ką nors nusprendžia, jos niekas nesustabdys. Katė yra personažas, ugdantis vaikų kantrybę, atlidumą, paslaugumą, sugebėjimą sprendimus priimti gražiai. Moko būti lyderiais.



- ★ Kiekvienas kimočis turi savo jausmus!
- ★ Jausmai – tai mažos pagalvėlės.
- ★ Vienoje jų pusėje yra jausmo pavadinimas („laimingas“, „liūdnas“, „drąsus“...), kitoje – atitinkama veido išraiška.
- ★ Visi kimočiai (personažai) turi ypatingas kišenėles, kur galima įdėti norimą jausmų pagalvėlę.



Kimočių pasaulis - tai vieta, kurioje visi kartu mokosi kaip suderinti vienas kito skirtumus, skirtingas nuotaikas, nuomones, idėjas, pomėgius, nemėgstamus dalykus, viltis ir svajones.

Kadangi visi yra skirtingi, būtina mokytis, kaip kartu dirbti, žaisti ir bendrauti tiek individualiai, tiek grupėje geranoriškai bei su meile

### Programos mokymo principas:

- Kiekviena pamokėlė turi tikslą, kuris suprantamai komunikuojamas ankstyvos vaikystės pedagogui.
- Pamokėlės pradžioje įgūdis pademonstruojamas suaugusiojo, vėliau įgūdį demonstruoja personažai per "lėlių teatrą".
- Vaikai išbando naują įgūdį su kitais vaikais.
- Išmokti įgūdžiai stiprinami kiekvieną dieną.

### Penkios esminės Socialinės-Emocinės Kompetencijos (CASEL)

Remiantis Akademinio, Socialinio ir Emocinio Mokymo Susivienijimu (2003), socialinio emocinio programos tikslai yra skirti skatinti penkių tarpusavyje susijusių **kognityvinių, emocinių ir elgesio kompetencijų** ugdymą:

#### 1. Savęs pažinimą;

- Pažinti save, reiškia gebėti atpažinti ir įvardinti savo asmenines emocijas.
- Savęs pažinimas apima gebėjimą suprasti savo paties poreikius, stipriąsias ir silpnąsias puses.
- Kai vaikas geba atpažinti savo jausmus, jis gali išmokti juos reguliuoti, o tai yra esminis faktorius, darantis įtaką santykiams su bendraamžiais ir prisitaikymą prie darželio aplinkos.
- Siekiant suprasti kitus, esminis gebėjimas yra įvardyti sudėtingesnius jausmus (ne tik pagrindinius kaip liūdnas, laimingas, piktas).

#### 2. Savęs valdymą;

- Valdyti save reiškia gebėti reguliuoti savo jausmus ir elgesį taip, kad pasiektume savo tikslų.
- Taip pat tai reiškia atkakliai užbaigti sunkias užduotis ar ištvirti sudėtingus

socialinius santykius.

- Gebėjimas valdyti save yra sudėtingas raidos procesas pirmaisiais penkiais gyvenimo metais.
- Svarbu suteikti vaikams tokius patyrimus, kurie leistų jiems valdyti ir reguliuoti savo jausmus.

### 3. Socialinį suvokimą;

- Socialinis pažinimas reiškia gebėjimą suprasti, kaip kiti jaučiasi, ir gebėti pažiūrėti iš jų perspektyvos.
- Tai yra gebėjimas suprasti, kaip skirtingi įsitikinimai, motyvacijos, žinios ir nuotaikos lemia mūsų ir kitų mus supančių žmonių elgesį.
- Socialinis pažinimas būtinas komponentas, kuris reiškia mūsų gebėjimą sutarti su kitais, jausti jiems empatiją ir matyti aplinką iš jų perspektyvos.
- Tyrimai rodo, jog vaikai, gebantys pažiūrėti iš kito perspektyvos, yra mažiau agresyvūs su savo bendraamžiais fiziniu, žodiniu ir emociniu būdu (Kaukiainen, 1999).

### 4. Santykių kūrimo įgūdžius;

- Vaikai, norėdami būti sėkmingais mokykloje, turi gebėti kurti pozityvius santykius su aplinkiniais, kartu dirbti ir efektyviai spręsti konfliktus.
- Vaikai, kurie išmoksta socialinių-emocinių įgūdžių ankstyvame gyvenimo etape, yra labiau pasitikintys savimi ir kitais, empatiški, intelektualiai smalsesni, kompetentingai naudoja kalbą bendravime ir moka sutarti su kitais.

### 5. Atsakingą sprendimų priėmimą.

- Vaikai priima atsakingus sprendimus tuomet, kai jie išmoksta pasirinkti pozityvų asmeninį ar socialinį elgesį.
- Vaikams reikia efektyvių problemos sprendimo įgūdžių, priimant sprendimus socialinėse situacijose.

Šios penkios kompetencijos suteikia vaikams pagrindą socialiniams santykiams ir akademiniam pasiekimams.

Kuo geriau vaikai supranta ir įvaldo šias kompetencijas, tuo labiau jie moka:

- išreikšti rūpestį kitais,
- priimti tinkamus sprendimus,
- prisiimti atsakomybę už savo elgesį.

Tyrimai rodo, jog dažnos galimybės stiprinti socialines kompetencijas ankstyvoje vaikystėje padidina vaikų **socialinę ir emocinę adaptaciją, akademinę ir kognityvinę raidą** (Hartup & Moore, 1990; Laad & Profilet, 1996; McClellan & Kinsey, 1999).

Keliant mažų vaikų socialines-emocines kompetencijas reikšmingai padidėja **pasirengimas mokyklai ir sėkmė** (Denham & Weissberg, 2004; Freedman, 2003).