

## Paskaitos tėvams arba pedagogams.

Trukmė – 2 akademinės valandos



### Emocinis intelektas: vaikas, darželis, mokykla

- 1 Ar emocinis intelektas yra mada, ar būtinybė? Kada tinkamas laikas pradėti mokytis pažinti save, savo jausmus, ugdytis empatiją? Tik nuo mūsų – dabartinių suaugusiųjų – priklausys, ar mūsų vaikai pajėgs tapti emociškai ir socialiai brandžiais žmonėmis. Paskaitoje paprastai pasikalbėsime apie sudėtingus emocinio intelekto ugdymo klausimus.

### Padėkite! Namuose paauglys.

- 2 Kita stotelė – PAAUGLYSTĖ. Vieną dieną miela mergaitė pareiškia, kad ji nori prasidurti nosį, lūpą ir antakį, geras kaimynų berniukas įjungia muziką taip, kad kilnojasi stogas, geriausias klasės mokinys pareiškia, kad mokykla „užknisa“ ir jis nemato prasmės mokytis.

Išsamus, naudingas, rimtas ir linksmas pokalbis apie tai, kas neišvengiama – mūsų vaikų paauglystę.

### Tobulos tėvystės sąlygose. *Nauja tema!*

- 3 Kokių tėvų reikia vaikams? Kas yra gera mama? Koks yra geras tėtis? Paskaita apie šiuolaikinės tėvystės iššūkius ir būdus, tuos iššūkius įveikti.

### Darželinukai po padidinauoju stiklu. 4

Su kuo gi mes turime reikalų? Kaip mūsų mažieji galvoja, ką jaučia, kaip mato mus supantį pasaulį. Siūlau įdėmiau pažvelgti į mūsų darželinukų raidą iš psichologinės perspektyvos ir pabandyti pamatyti pasaulį jų akimis. Paskaitos metu aptarsime su kokiais iššūkiais susiduria darželinukai ir jų tėvai/auklėtojai, kaip tuos iššūkius išspręsti.

### Būsimas pirmokas. Vaiko pa(si)ruošimas mokyklai. 5

Paskutiniai metai darželyje – pats laikas ruoštis mokyklai. Kokie įgūdžiai ir kompetencijos reikalingi tam, kad vaiko adaptacijos mokykloje būtų sklandi? Ką galime padaryti, kad artėjantis perėjimas iš darželio į mokyklą sukeltų kuo mažiau įtampas, praeitų sklandžiai? Seminaras apie tai, ką svarbu žinoti būsimo pirmoko tėvams.

### Patyčios ar konfliktas?

- 6 Visuotinis „pamišimas“ dėl patyčių. Vaikams „bloga“, jei vėl apie patyčias. Tėvai pasimetę tarp stovyklų „tai ne problema, taip buvo visada“. Požiūris „į kalėjimą besityčiojančius“. Mokyklos darbuotojai krūpčioja nuo stresą keliančio žodžio „patyčios“ ir ieško teisingiausių reagavimo būdų.

Pažiūrėjus arčiau: tai patyčios ar konfliktas? Kaip atpažinti. Kaip reaguoti – intervencija, postvencija.

### Dar kartą apie stresą. Tai ką su juo daryti?

- 7 Stresas, stresas, stresas. Susitaikykime. Jis neišvengiamas. Jis gali kilti bet kur, bet kada ir bet kam. Visi kalba apie stresą, bet ar mes tiksliai žinome kas yra stresas ir tuo labiau – ką su juo daryti.

Susipažinkime iš arčiau su streso biologija ir psichologija. Ar stresas gali būti „geras“? O gal jis mums reikalingas? Pamėginkime išmokti ne kovoti, o valdyti, ne mažinti, o optimizuoti, ne vengti, o pasinaudoti. Pakalbėkime apie stresą dar kartą.





## Ypatingi mokiniai: įtraukusis ugdymas ikimokyklinio ugdymo įstaigoje.

8

Paskaita *tėvams* apie vaikus, turinčius pažintinių, elgesio ir kitokių sunkumų ar ypatingumą.

Nėra vieno „teisingo“ būdo augti, mąstyti, jausti ar elgtis. O mūsų skirtumai nebūtinai yra trūkumai. Paskaitos metu gilinsime žinias apie netipinės raidos vaikų grupes. Nagrinėsime, kokios skirtybės vaikams būdinga, iš kur jos kyla, mokysimės suprasti ir atliepti ypatingus vaikų poreikius. Pabandysime pasaulį patirti iš įvairių perspektyvų: kaip gali jausti, matyti, girdėti, suprasti ir vertinti aplinką skirtingi vaikai. Ieškosime ne to, kas mus skiria, o to, kas mus jungia.

## Seminarai geresniam vaikų pažinimui.

Trukmė 4 – 6 akademinės valandos

1

### Įtraukusis ugdymas. „Sunkūs“ ir „nevaldomi“ vaikai – mūsų didieji mokytojai Seminaras skirtas pedagogams.

Šiame praktiniame seminare aptarsime sunkumus, kylančius pedagogams ir tėvams, susiduriant su vaikais, turinčiais hiperaktyvumo požymių, autistinių bruožų, elgesio ir emocijų sutrikimų ir kt. Aptarsime galimas tokio vaikų elgesio priežastis, kartu ieškosime būdų, kaip tokius įtraukti vaikus į ugdymo procesą. Pasitelkdami įtraukiojo ugdymo principus, emocijų pažinimą, įdomią vaizdinę medžiagą ieškosime geresnio būdo užmegzti ryšį su vaiku ir tobulėti patiems.

2

### Kaip geriau suprasti ir drausminti šiuolaikinius vaikus? *Nauja tema!*

Seminaras skirtas pedagogams ir/ar tėvams.

Seminaro metu, remdamiesi kartų teorija bandysime geriau suprasti, kokiomis savybėmis pasižymi šiuolaikiniai vaikai, kaip geriau su jais užmegzti ryšį ir drausminti. Patyrę pedagogai pastebi, kad šiuolaikiniai vaikai linkę klausyti ir perimti išmintį tų suaugusių, su kuriais sieja emocinis ryšys ir kuriuos jie laiku autoritetu. Šiame seminare ieškosime kaip kūrybiškai, pasitelkiant autentiškumą, humorą ir pagarbą išlaikyti drausmę grupėje ir mokyti būti tikru autoritetu vaikams ir savo gyvenimo autoriumi.



### Kaip būti tikru autoritetu šiuolaikiniams vaikams: šilta širdis – tvirta ranka

Seminaras skirtas pedagogams ir/ar tėvams.

Šiuolaikinėje demokratinėje mokykloje dažnai kalbama apie autoriteto krizę, kad vaikai negerbia, neklauso vyresnių, tampa „mažaisiais tironais“. Pedagogai jaučiasi pasimetę, kaip išlaikyti drausmę klasėje ir savo autoritetą. Vaikai pasikliauja daugiau bendraamžių nuomone ir interneto žiniomis. Psichologijoje teigiama, kad santykio su autoritetu problema susijusi ne tik su auklėjimu, kartų skirtumais, bet ir su istorinėmis aplinkybėmis. Turime sąmoningai peržvelgti savo nuostatas ir patirtį, surasti naują buvimo autoritetu prasmę ir būdus. Geras santykis su autoritetu suteikia saugumo ir aiškumo jausmą, kurio taip trūksta permainų laikotarpiu. Seminare aptarsime kaip kūrybiškai, pasitelkiant autentiškumą, humorą ir pagarbą išlaikyti drausmę grupėje ir mokyti būti tikru autoritetu vaikams ir savo gyvenimo autoriumi.

3

4

### Įkvepiantis seminaras apie emocijų molekules, sudėtingus jausmus ir paprastus būdus juos valdyti.

Seminaras pedagogams ir/ar tėvams.

Žmogaus gebėjimas pažinti ir valdyti emocijas įtakoja ne tik jo laimės jausmą, gerą socializaciją, bet ir aukštesnius akademinis pasiekimus. Tačiau mūsų kultūroje kol kas populiariausias emocijų valdymo būdas yra emocijų slopinimas („nepyk“, „neverk“). Šiuolaikiniai vaikai kviečia mus būti atviroms savo ir jų jausmams, mokyti juos tinkamai reikšti. Praktiniame ir vaizdžiam seminare susipažinsime su pagrindinėmis mūsų emocijomis, žiūrėdami filmą, atsakysime į klausimus, kas dedasi mūsų galvoje ir kūne, kai patiriame emocijas. Seminare išmoksime, kaip suaugęs galėtų padėti vaikui priimti, pažinti ir tinkamai reikšti sunkius jausmus. Ir pats išlikti ramus.



5 **Paauglystės iššūkiai ir giluminis žvilgsnis į psichologinius brendimo ypatumus. *Nauja tema!***  
*Seminaras pedagogams.*

Kokie šiandieniniai paaugliai - nesukalbami, besipriešinantys autoritetui, pernelyg pasitikintys ar kaip tik nepasitikintys savimi, itin jautrūs ar storžieviai? Kada baigiasi paauglystė- 13, 18 ar 28 metų? Ar brandos egzaminai užtikrina tikrą brandą?

Šiame netradiciniame seminare panardysim po paauglio psichologines gelmes ir aptardami filmą „Stebuklingi Šihiro nuotykių dvasių pasaulyje“ sužinosime apie svarbiausius iniciacijos etapus ir aptarsime, kaip padėti mūsų paaugliams subręsti.

## **Seminarai pedagogų savęs pažinimui ir augimui**

Trukmė 4 – 6 akademinės valandos

1 **Pasakų terapijos taikymas savęs pažinimui ir psichikos sveikatos gerinimui.**

*Praktinis patyriminis seminaras pedagogams ir/ar tėvams.*

Tai unikalus ir labai gilus seminaras, padedantis atskleisti populiarių pasakų simbolius ir prasmes. Lektorė yra praktikuojant Jungo psichoanalitikė, o analitinėje psichologijoje teigiama, kad pasakose yra sukaupta visos žmonijos patirtis. Pasakos yra ne tik linksmos ar pamokančios istorijos vaikams, jose simbolių kalba pasakoja apie svarbiausias vertybes, sunkumų įveikimus, iš jų galime pasisemti stiprybės, vilties. Seminaro metu susipažinsime su simboliais pasakose, pasakų terapijos principais, praktiškai išbandysime kūrybinį darbą su pasaka.



2 **Kūrybiški būdai stresui mažinti: emocinio perdegimo prevencija ugdymo įstaigoje.**

*Seminaras skirtas pedagogams.*

Per pirmus penkerius darbo mokykloje metus daugelis mokytojų patiria perdegimo sindromą. Jie turi pakankamai kompetencijos dirbti, tačiau jau būna praradę akys žibančią ugnelę, norą stengtis, kurti. Padėti „perdegusiems“ pedagogams gali ir vadovai: dažnesni pagyrimai, pozityvūs susirinkimai, teigiamų atsiliepimų iš kolegų, vaikų tėvų fiksavimas, pokalbiai ir asmeninio ryšio užmezgimas. Tačiau mokyti, kaip būti su stresu gali ir pats pedagogas.

Streso mokykloje visai išvengti negalime, tačiau galime ugdyti gebėjimą įveikti stresą, apriboti jo neigiamas pasekmes. Šio seminaro metu sužinosime ir praktiškai išbandysime keletą nesudėtingų, bet efektyvių streso mažinimo būdų (relaksaciją, kūrybinę vizualizaciją ir kt.), kurie padės greitai pailsėti ir susigrąžinti emocinę pusiausvyrą.

Seminaras skirtas pedagogams, kurie nori išmokti gyventi efektyviai be vidinės įtampos ir nerimo, išmokti įveikti stresą ir įtampą.



3 **Suburkime stiprią ir kūrybingą komandą: praktiniai darbo komandoje įgūdžiai.**

*Seminaras skirtas pedagogams ir/ar tėvams.*

Įkvepiantis ir smagus praktinis seminaras, kuris padės ne tik daugiau sužinoti apie darbą komandoje, lyderystės, darbų delegavimo, komunikacijos komandoje aspektus, bet ir suteiks kolektyvui naujų iššūkių, galimybių susitikti ir pažinti vienas kitą, pailsėti ir sutelkti kolektyvą.

4 **Viduramžio krizė: ką mums atveria ir kokiems iššūkiams pasirengti *Nauja tema!***

*Seminaras skirtas pedagogams.*

Viduramžis C.G. Jung psichologijoje užima svarbią vietą. Tai laikas, kai svarbiausi pirmos gyvenimo pusės uždaviniai nuveikti- mokslai pabaigti, vaikai užauginti, namai pastatyti. Kas toliau? Šio seminaro metu, dirbdami su pasaka tyrinėsime ir ieškosime vidinių resursų, kurie padėtų atrasti prasmę šiame gyvenimo etape, susitikti su savo giliausia išmintimi. Seminaras skirtas pedagogams, kurie nori gilintis į savo vidinį pasaulį ir suprasti daugiau.

5

## Pedagogas ir tėvai: bendradarbiavimas su šiuolaikine šeima *Nauja tema!* („Sunkūs tėvai“ - kaip rasti bendrą kalbą?)



*Seminaras skirtas pedagogams*

Pedagogų ir tėvų bendradarbiavimas- viena esminių kokybiško vaiko ugdymo sąlygų. Tačiau ne su visais tėvais pedagogams būna lengva bendrauti. Neretai iškyla konfliktų, tarpusavio nesusipratimų, nepasitenkinimo. Tėvai būna linkę nuvertinti pedagogo autoritetą. Tokiais atvejais labai padeda pedagogo gebėjimas klausytis ir surasti kalbą net su sunkiausiais tėvais, gebėjimas išmintingai paaiškinti vaiko elgesio priežastis, konstruktyviai suvaldyti ir spręsti konfliktus, mokėjimas teikti teigiamą ir neigiamą grįžtamąjį ryšį.

Praktinis supervizijų seminaras pedagogams aktualiomis santykių su šiuolaikiniais tėvais temomis padės geriau suprasti tėvų nepasitenkinimo priežastis ir surasti efektyvius būrus kaip bendrauti su „sunkiais“ tėvais.

## 6 Pedagogų psichologinio atsparumo ir vidinio autoriteto stiprinimas *Nauja tema!*

*Praktinis patyriminis seminaras pedagogams.*

Sudėtingoje besikeičiančioje švietimo sistemoje lengva perdegti, prarasti gyvenimo džiaugsmą: gausu iššūkių, ne visada pagrįstų permainų, nežinios. Psichologinis atsparumas nėra įgimtas bruožas, jį galime ugdyti. Psichologinis atsparumas - tai asmens gebėjimas efektyviai susidoroti su stresu sunkumais, pokyčiais ir grįžti į pradinę arba net geresnę būseną. Psichologinis atsparumas svarbus ne tik asmeniniame gyvenime, bet ir profesinėje veikloje, nes leidžia išlaikyti produktyvumą, gerovę net ir sudėtingomis sąlygomis. Masten kalba apie keturis faktorius, kurie padeda didinti psichologinį atsparumą- geri emocinės savireguliacijos gebėjimai, pasitenkinimą teikiantys santykiais, autorystės ir kūrybiškumo jausmas ir erdvė dvasiniam gyvenimui.

Šio seminaro metu sužinosime ir praktiškai išbandysime keletą nesudėtingų, bet efektyvių psichologinio atsparumo technikų, mokysimės pasikviesti į gyvenimą pozityvias emocijas. Seminaras skirtas pedagogams, kurie nori gyventi efektyviau, ramiau ir patys kurti pozityvią atmosferą mokykloje.



**Seminarus organizuoja** ilgametę pedagogų kvalifikacijos tobulinimo patirtį turinti įstaiga „Vaiko labai“ – vaikų emocinių ir elgesio problemų prevencijos programų „Zipio draugai“, „Obuolio draugai“ ir „Įveikiame kartu“ vykdytoja. Nuo 2002 metų mūsų rengtuose seminaruose kvalifikaciją tobulino daugiau kaip 12 tūkst. Lietuvos pedagogų.

**Seminarus veda** psichologai, bendradarbiaujantys su „Vaiko labai“ įgyvendinant programas „Zipio draugai“, „Obuolio draugai“, „Įveikiame kartu“ ir kitus projektus.

**Seminarai mokami.**

**Seminarų vieta:** jūsų ugdymo įstaigoje arba „Vaiko labai“ salėje (Šv. Ignoto g. 5, Vilnius)

**Seminarų data:** derinama individualiai.

**Daugiau informacijos:** <https://www.vaikolabui.lt/mokymai-seminarai-paskaitos/>



**Dėl seminarų prašome kreiptis į VŠĮ Vaiko labai:**

– el.paštu [registracija@vaikolabui.lt](mailto:registracija@vaikolabui.lt)

– mobiliu telefonu +370 (699) 20 223