**PSICHOLOGĖS KRISTINOS RAŽAUSKAITĖS-PILIPAVIČIENĖS**

**PROGRAMOS IR PASKAITOS**

MOKINIAMS

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Tema | Laikas | Turinys |
|  | **Dailės terapijos taikymas siekiant ugdyti klasės bendradarbiavimą**  (2-10 klasių mokiniams) | 3 val. | Trijų susitikimų praktiniai dailės terapijos užsiėmimai, kurių metu mokiniai mokosi pažinti save ir klasės draugus, bendradarbiauti bei ieškoti tarpusavio bendrumo. |
|  | **Sėkmingas gebėjimas planuoti savo laiką**  (7-10 klasių mokiniams) | 1 val. | Teorinio ir praktinio užsiėmimo metu kalbama apie tai, kas trukdo ir padeda sėkmingai planuoti laiką. Atliekant įvairaus pobūdžio užduotis mokomasi sėkmingai ir struktūruotai planuoti laiką. |
|  | **Bendravimo ypatumai. Kaip išmokti *“Aš kalbos”*?**  (7-11 klasių mokiniams) | 1 val. | Užsiėmimo metu drauge su mokiniais aptariami bendravimo aspektai, kontekstai, įgūdžiai bei lyčių bendravimo skirtumai. Mokomasi “Aš kalbos”, kuri nukreipta ne į žmogaus vertinimą, o jausmų išskyrimą. |
|  | **Psichotropinės medžiagos ir jų vartojimo pasekmės**  (6-11 klasių mokiniams) | 4 val. | Keturi intervenciniai užsiėmimai, kurių metu supažindinama su psichotropinėmis medžiagomis, jų vartojimo galimomis priežastis, pasekmėmis. Pateikiami alternatyvūs būdai laisvalaikiui su draugais praleisti. |
|  | **Patyčių prevencija**  (4-8 klasių mokiniams) | 3 val. | Tai trijų susitikimų praktiniai ir teoriniai užsiėmimai. Užsiėmimų metu analizuojama patyčių problema, jų priežastys, pasekmės. Diskusijų ir užduočių metu bus siekiama mokiniams padėti suprasti ką jaučia nuo patyčių kenčiantys asmenys bei tai, kaip išmokti jiems padėti. |
|  | **Konfliktai su tėvais ir mokytojais, jų priežastys ir galimi sprendimo būdai**  (5-10 klasių mokiniams) | 1 val. | Paskaitos metu su mokiniais analizuojamos galimos konflikto priežastys. Taikant praktines užduotis bandoma atrasti galimus konfliktų sprendimo būdus. |
|  | **Empatija – mokymasis pažinti ir suprasti kitus**  (5-10 klasių mokiniams) | 1 val. | Praktinis užsiėmimas. Užsiėmimo metu naudojant įvairias metodikas mokiniai mokysis pažinti kitus asmenis ir juos suprasti. |
|  | **Mokykliniame amžiuje patiriamas stresas, jo priežastys, pasekmės ir galimi įveikimo būdai**  (7-12 klasių mokiniams) | 2 val. | Paskaitos metu kalbama apie mokykloje patiriamą stresą, dėl mokymosi rezultatų, santykių su klasės draugais ir mokytojais. Mokiniams pristatomos įvairios streso valdymo technikos. |
|  | **Kaip padėti draugui, išgyvenančiam sunkumus šeimoje/mokykloje?**  (5-12 klasių mokiniams) | 1 val. | Paskaitos metu mokiniai bus supažindinami su esminiais aspektais, padėsiančiais pastebėti draugo/klasioko problemas, bei tam tikrais metodais tinkamai pagelbėti. |
|  | **Žmogus – ne prekė, jo parduoti negalima**  (6-12 klasių mokiniams) | 1.30 val. | Prevencinio tipo paskaita apie prekybą žmonėmis. Atskleidžiami šios problemos galimi pavojai bei diskusiniu pobūdžiu aptariami galimi būdai kaip to išvengti ir apsaugoti save bei savo artimus žmones. |
|  | **Lyčių skirtumai, panašumai ir tarpusavio bendravimas**  (7-11 klasių mokiniams) | 1 val. | Teorinio pobūdžio paskaita, kurios metu mokiniai supažindinami su lyčių biologiniais, socialiniais ir psichologiniais skirtumais bei panašumais. Tikslas skatinti lyčių tarpusavio lygybę ir toleranciją. |
|  | **Asmeninės informacijos atskleidimas internetinėje erdvėje**  (3-8 klasių mokiniams) | 1 val. | Užsiėmimo metu su mokiniais bus kalbama apie socialinius tinklus, jų naudojimąsi bei asmeninės informacijos pateikimą ir galimas to pasekmes. |
|  | **Kaip suvaldyti savo emocijas?**  (8-11 klasių mokiniams) | 1 val. | Paskaitos metu mokiniams pristatoma, kas yra emocijos, kada jos pasireiškia ir kaip jas laiku pastebėti bei suvaldyti. |
|  | ***Grupiniai konsultavimai/užsiėmimai***  **Draugystė – kaip bendrauti su kitais vaikais?** | 6 val. | Programa skirta pradinių klasių mokiniams, turintiems sunkumų bendrauti klasėje. Programos tikslas mokytis pasitikėjimo savimi ir kitais, atvirai bendrauti, bendradarbiauti bei palaikyti gerus tarpusavio santykius. |
|  | ***Grupiniai konsultavimai/užsiėmimai***  **Mokymosi motyvacijos stiprinimas** | 6 val. | Programa skirta pradinių ir vyresnių klasių mokiniams. Programa orientuota į mokinius, kuriems stinga motyvacijos ir noro mokytis. Susitikimų metu atliekant įvairias užduotis bei diskutuojant bus siekiama sustiprinti mokinio motyvaciją mokytis bei gebėti išsikelti įgyvendinamus tikslus. |

TĖVAMS

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Tema | Laikas | Turinys |
|  | **Informacinių technologijų įtaka vaikui ankstyvojoje vaikystėje** | 1 val. | Paskaitos metu kalbama apie informacinių technologijų poveikį ankstyvojoje vaikystėje. Diskutuojama apie informacinių technologijų naudą ir žalą vaikams bei tai, ką daryti, jog sumažinti šių priemonių naudojimą. |
|  | **Emocinis intelektas – kaip ugdyti savo vaiko emocinį intelektą.** | 1 val. | Paskaitos metu tėvams pristatoma, kas yra emocinis intelektas, kuo jis svarbus auginant ir auklėjant vaikus. Pristatomi emocinio intelekto ugdymo metodai. |
|  | **Vaiko motyvacija mokytis ir kaip tam gali padėti tėvai?** | 1,5 val. | Tėvai supažindinami su motyvacijos tipais bei tai, kas lemia motyvacijos buvimą ir nebuvimą. Pateikiamos įvairios vaiko mokymosi motyvacijos kėlimo technikos. |
|  | **Vaikų melavimas ir kaip su tuo tvarkytis** | 1 val. | Paskaita tėvams norintiems sužinoti, kodėl jų vaikai meluoja, kas lemia tokį jų elgesį ir kokiu būdu būtų galima susitarti su vaiku, jog jis taip daugiau nebesielgtų. |
|  | **Vaikų vystymosi krizės ir tinkamas tėvų reagavimas** | 1 val. | Paskaitos metu tėvai supažindinami su įvairiomis vaikų vystymosi psichologinėmis krizėmis pagal amžiaus raidą. Pateikiamos įvairios metodikos, mokinančios tinkamai reaguoti. |
|  | **Kaip paruošti savo priešmokyklinio amžiaus vaiką mokyklai?** | 1 val. | Susitikimo metu supažindinama su vaiko psichologinio pasiruošimo ypatumais mokykloje. Pristatomos metodikos, galinčios padėti paruošti vaiką lankyti ugdymo įstaigą. |
|  | **Vaiko gabumų atpažinimas ir jų ugdymas** | 1 val. | Paskaitos metu aptariama, kas yra gabumai, kaip jie pasireiškia pas vaikus, kokiais mokymosi ir elgesio ypatumais gabūs vaikai pasižymi. Pateikiami gabių vaikų ugdymo būdai. |
|  | **Autizmo spektro sutrikimu sergantis vaikas. Kaip šeimos nariai gali jam padėti?** | 1-2val. | Paskaita tėvams, auginantiems šeimoje vaiką, turintį autizmo spektro sutrikimą. Paskaitos tema – susipažinimas su autizmo spektro sutrikimu bei metodikomis, galinčios padėti lavinti vaiką. |
|  | **Kaip auklėti vaiką, turintį hiperaktyvumo/dėmesio sutrikimą?** | 1 val. | Tėvai supažindinami su hiperaktyvumo/dėmesio sutrikimo ypatumais. Pateikiama metodika darbui ir auklėjimui su šį sutrikimą turinčiais vaikais. |
|  | **Vaiko auklėjimas. Kaip padėti vaikui įveikti nerimą, pyktį ar agresiją?** | 1.30 val. | Paskaitos tikslas per įvairių situacijų analizę išmokti kaip tinkamai reaguoti ir elgtis su vaiku, kuriam pasireiškia, nerimas, pyktis ar agresija. |

PEDAGOGAMS

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Tema | Laikas | Turinys |
|  | **Mokytojų perdegimas ir patiriamas stresas** | 1.30 val. | Paskaita apie tai, kas lemia mokytojų perdegimą ir patiriamą stresą bei tai, kaip sėkmingai jį įveikti. |
|  | **Kelias link sėkmingesnio darbo su mokiniais** | 1.30 val. | Paskaitos esmė suteikti mokytojams informacijos apie tai, kas galėtų padėti kurti gerus santykius su mokiniais, tinkamai pristatyti dėstomą dalyką, palaikyti mokinių dėmesį bei tapti autoritetu. |
|  | **Gebėjimas priimti mokinio nuomonę kaip teisinga savajai** | 1 val. | Susitikimo metu vykdoma diskusija bei užsiėmimai kaip priimti mokinio nuomonę, požiūrį kaip jam suprantamą ir teisingą. |
|  | **Patyčios mokykloje – kaip jas laiku pastebėti ir suvaldyti?** | 1 val. | Paskaitos metu numatoma padėti mokytojams išmokti atpažinti ar jų klasėse vyrauja patyčios, ar yra nuo to kenčiančių mokinių ir kaip padėti su patyčiomis susiduriančiam mokiniui. |
|  | **Hiperaktyvumo/dėmesio sutrikimą turintis vaikas – kaip su juo dirbti?** | 1 val. | Mokytojai supažindinami su hiperaktyvumui ir dėmesio sutrikimui būdingais požymiais. Aptariamas mokytojo darbas klasėje bei galimybės padėti mokytis mokiniui, turinčiam hiperaktyvumo ir dėmesio sutrikimą. |
|  | **Vaikai patiriantys krizes – darbas su jais bei galimi pagalbos teikimo būdai** | 1 val. | Paskaitos metu mokytojai supažindinami su galimomis vaikų krizėmis, jų savijauta. Taip pat mokomi atpažinti vaikus, patiriančius krizes. Aptariami galimi pagalbos suteikimo būdai. |
|  | **Agresyvus mokinys klasėje. Kaip vesti pamokas?** | 1 val. | Susitikimo metu mokytojams pristatomi agresyvių mokinių tipai, jų elgesio galimos priežastys. Pateikiamos įvairios metodikos kaip dirbti su tokiu mokiniu ir jam padėti. |