



Ko mokosi programoje dalyvaujantys vaikai?

Dalyvaudami programoje „Zipio draugai“ vaikai mokosi:

- atpažinti savo ir kitų jausmus, juose susivokti, pavadinti jausmus ir išreikšti sau ir kitiems priimtinais būdais;
- suprasti, jog kiekvienas turi teisę jausti ne tik malonius, bet ir sunkius jausmus, ir tai nėra negražu ar gėdinga;
- natūraliai priimti klaidas, ieškoti būdų jas ištaisyti;
- išgyventi ypatingas stresines situacijas: artimo žmogaus netektį, tėvų skyrybas, atstūmimą;
- pasidalyti savo liūdesiu, nerimu atsipalaiduoti, išsikalbėti ar rasti kitų būdų, padedančių sumažinti sunkių jausmų [pykčio, pavydo, skausmo ir kt.] keliamą įtampą, jei pačios situacijos pakeisti negalima, ir taip pasijusti geriau;
- išsikalbėti ir skaudžiomis temomis – tokiomis, kaip netektys, mirtis, tėvų skyrybos, apie kurias nelengva kalbėti ir suaugusiems;
- pasakyti tai, kas skaudina, o ne muštis, erzinti, keršyti;
- padėti sau, prašyti kito pagalbos, o ne saugoti „juodas paslaptis“;
- pamatyti, kada kitas jaučiasi blogai ir bandyti jam padėti;
- drauge ieškoti išeičių, padedančių išspręsti kritinę situaciją neįskaudinant kitų.;
- kasdienių sunkumų įveikimo būdų.

Ko išmoksta programoje „Zipio draugai“ dalyvaujantys vaikai:

- išmoksta kontroliuoti savo jausmus ir elgesį;
- natūraliai priimti savo klaidas, ieškoti būdų jas ištaisyti;
- išmoksta spręsti konfliktus ar pasakyti tai, kas skaudina, o ne muštis, erzinti, keršyti;
- pripranta pasidalyti savo liūdesiu, nerimu, o ne užsisklęsti savyje. Supranta, kad kiekvienas žmogus ką nors panašaus išgyvena;
- pripranta ir išmoksta ieškoti ir prašyti pagalbos, o ne saugoti „juodas paslaptis“, išdrįsta kalbėtis apie „blogus“ jausmus ir bėdas;
- išmoksta prisitaikyti prie naujų aplinkybių, lengviau susiranda draugų;
- išmoksta naujų, aplinkiniams priimtinių socialinių įgūdžių.