



Przyjaciele Zippiego

Program realizowany w grupach 5 i 6 latków

Jest to międzynarodowy program **Partnership for Children**, który kształtuje i rozwija umiejętności psychospołeczne u małych dzieci. Uczy różnych sposobów radzenia sobie z trudnościami i wykorzystywania nabytych umiejętności w codziennym życiu oraz doskonali relacje dzieci z innymi ludźmi. Nie koncentruje się on na dzieciach z konkretnymi problemami czy trudnościami, ale promuje zdrowie emocjonalne wszystkich małych dzieci.

Program składa się z sześciu części:

1. ***Uczucia***

Dzieci omawiają uczucia - smutku, szczęścia, złości, zazdrości i zdenerwowania. Ćwiczą mówienie tego, jak czują się w różnych sytuacjach i poznają sposoby poprawiania własnego samopoczucia.

2. ***Komunikacja***

W ramach tej części dzieci uczą się skutecznej komunikacji. Program uczy dzieci wysłuchiwać innych. Uczy ich jak prosić o pomoc i mówić to, co chce się powiedzieć, nawet w niesprzyjających okolicznościach. Często nawet „ciche” dzieci otwierają się w czasie spotkań i uczą się wyrażać siebie swobodniej.

3. ***Nawiązywanie i zrywanie więzi***

Dzieci uczą się o przyjaźni - jak nawiązywać i utrzymywać przyjaźnie, jak radzić sobie z samotnością i odrzuceniem. Ćwiczą jak mówić przepraszam i jak godzić się z przyjacielem po sprzeczce.

4. ***Rozwiązywanie konfliktów***

Ta część dotyczy tego, jak rozwiązywać konflikty, a według nauczycieli szybko sprawia, że dzieci łatwiej akceptują swoje odmienności. Ta część w szczególności, dotyczy problemu prześladowania i tego, co dzieci mogą zrobić, jeśli ktoś prześladowuje je lub kogoś innego.

5. ***Przeżywanie zmiany i straty***

Ta część stanowi refleksję nad radzeniem sobie ze zmianami, zarówno wielkimi jak i małymi. Największą zmianą ze wszystkich możliwych, jest czyjaś śmierć. Mimo, że dorośli często uważają, że śmierć jest bardzo trudnym tematem do rozmowy, to jednak małe dzieci bardzo rzadko tak uważają. Chętnie wykorzystują okazję do otwartego mówienia na temat, który stał się tabu dla wielu dorosłych. Jedno spotkanie poświęcone jest odwiedzeniu miejsca pamięci lub cmentarza i może wyda się to zaskakujące, ale jest ono często określane jako najwocześniejsze spotkanie z całego programu.

6. ***Dajemy sobie radę***

Ostatnia część stanowi podsumowanie wszystkiego, czego dzieci nauczyły się: znajdowania różnych sposobów radzenia sobie, pomagania innym oraz adaptowania się do nowych sytuacji. Końcowe spotkanie jest swego rodzaju świętowaniem, połączonym z wręczaniem koron i dyplomów.

Każda część zawiera odrębne opowiadanie. Opowiadania prezentują bohaterów w okolicznościach dobrze znanych małym dzieciom takich jak: przyjaźnienie się, zdobywanie i trwanie przyjaźni, prześladowanie, radzenie sobie ze zmianą i stratą. Każde opowiadanie jest zilustrowane przy pomocy zestawu barwnych obrazków i uzupełnione zadaniami takimi jak rysowanie, odgrywanie ról i zabawy.

Program uczy dzieci:

- Jak określać własne uczucia i jak o nich rozmawiać
- Jak mówić to, co chce się powiedzieć
- Jak słuchać uważnie
- Jak prosić o pomoc
- Jak nawiązywać i utrzymywać przyjaźnie
- Jak radzić sobie z samotnością i odrzuceniem
- Jak mówić przepraszam
- Jak radzić sobie z prześladowaniem
- Jak rozwiązywać konflikty
- Jak radzić sobie ze zmianą i stratą, między innymi ze śmiercią
- Jak adaptować się do nowych sytuacji
- Jak pomagać innym

Założenia i cele programu

Podstawowe założenie, jaki przyświeca programowi *Przyjaciele Zippiego* jest bardzo proste - jeśli małe dzieci będą mogły się nauczyć, jak radzić sobie z trudnościami, to w okresie dorostania i dorosłości, powinny lepiej radzić sobie z problemami i kryzysami.

Program został stworzony specjalnie dla sześciolatków o różnym poziomie umiejętności. Uczy dzieci jak radzić sobie z codziennymi problemami, jak określać uczucia, jak o nich rozmawiać oraz jak najlepiej dobierać sposoby radzenia sobie. Program zachęca również dzieci do pomagania innym ludziom w ich problemach.

Jedną z ważnych cech programu jest to, że był tworzony jako program uniwersalny, w przeciwieństwie do innych programów, które koncentrują się na pomocy dzieciom doświadczającym konkretnych problemów lub trudności. Ten program może pomóc wszystkim dzieciom. Zamiast zajmować się problemami osobistymi, promuje zdrowie emocjonalne. Program *Przyjaciele Zippiego* nie mówi dzieciom, co robić, ani nie mówi: "To rozwiązanie jest dobre a tamto złe". Natomiast zachęca dzieci do analizowania i zastanawiania się nad sobą.

Program nie koncentruje się wyłącznie na pomaganiu dzieciom jak radzić sobie z ich problemami, ale pokazuje, jak ważne jest rozmawianie z innymi, kiedy odczuwamy smutek lub złość, jak również jak ważne jest słuchanie innych, kiedy odczuwają smutek lub złość. Program afirmuje dziecięce zdolności zarówno w zakresie udzielania pomocy, jak i korzystania z udzielanego wsparcia.

<https://www.pozytywnaeducacja.pl/programy/przyjaciele-zippiego/o-programie>