

Preventívna a intervenčná činnosť školského psychológa

Ponuka pre 1. stupeň ZŠ

Preventívna činnosť je zameraná na vytváranie takých podmienok v systéme školy, ktoré zabraňujú alebo predchádzajú vzniku rôznych problémov a ťažkostí.

Intervenciu možno považovať za významnú činnosť školského psychológa vtedy, ak sa už jav alebo nejaký problém vyskytne a treba ho riešiť, alebo vhodne rozvíjať tú vlastnosť osobnosti, ktorá je pre rozvoj jednotlivca dôležitá.

Preventívne aktivity môžu byť realizované nasledujúcimi spôsobmi:

- beseda,
- práca so skupinou – preventívny program, sociálno-psychologický výcvik a pod.

Beseda je jednorázovou skupinovú aktivitou, ktorá zvyčajne trvá 90 minút (dve vyučovacie hodiny). Žiaci sú oboznámení so základnými pojmami a informáciami súvisiacimi s témou. **Beseda má len informačný charakter, nevedie k zmene správania u detí.** Téma besedy je zvolená podľa aktuálnych potrieb triedy a požiadaviek pedagóga.

Na nasledujúcich stranách je uvedená ponuka skupinových preventívnych činností pre žiakov 1. stupňa ZŠ. Pri každej aktivite je uvedená cieľová skupina, rozsah aktivity, ako aj stručný popis cieľov.

V prípade záujmu o skupinovú aktivitu s iným zameraním, príp. cieľom ma neváhajte kontaktovať.

„Nezbedná opička Nika“

*„...bola raz jedna malá neposlušná opička,
s ktorou si nikto nevedel dať rady.
Nikoho nepočúvala, robila si, čo chcela sama,
nevedela sa slušne pozdraviť, poďakovať...
Čo s takým nezbedníkom?“*



Cieľová skupina: žiaci 1. ročníka ZŠ

Časová dotácia: 4 stretnutia, program odporúčam absolvovať v mesiacoch september, október v rámci procesu adaptácie v ZŠ (jedno stretnutie trvá 45 minút)

Cieľ programu: Na stretnutiach sa deti spoločne s opičkou venujú týmto témam:

- Kto som.
- Pravidlá a hranice.
- Pocity a prejavy správania.
 - Učíme sa ovládať hnev.
 - Sústredenie a vytrvalosť.
 - Radosť, šťastie a úsmev.

„Zippyho kamaráti“

„Zippy je lúčny koník a kamaráti sa so skupinou chlapcov a dievčat. Príbehy ukazujú, ako hlavné postavy čelia problémom, ktoré sú známe malým deťom – kamarátstvo, strata kamarátov, šikana, riešenie zmeny a straty, aj ako začať znovu. „

Cieľová skupina: žiaci 1. a 2. ročníka ZŠ

Časová dotácia: 24 stretnutí (1 stretnutie trvá 45 minút)

Cieľ programu: Rozvoj sociálnych a emocionálnych zručností detí mladšieho školského veku, podpora ich duševného zdravia a zlepšovanie kvality života. Program deti učí ako identifikovať svoje pocity a hovoriť o nich, ako vyjadriť, čo chcú povedať a ako pozorne počúvať, taktiež ako požiadať o pomoc a ako pomáhať druhým. Vede deti k tomu, ako vytvárať a udržiavať priateľstvá, ako sa ospravedlniť. Je zameraný aj na tému vyrovnávania sa s osamelosťou a odmietnutím, ako so zmenou a stratou, vrátenie úmrtia.

Každý príbeh je ilustrovaný farebnými obrázkami a spestrený aktivitami, ako je kreslenie, hranie rolí a pod.

Program Zippyho kamaráti vytvorila pred vyše 20 rokmi britská mimovládna organizácia Partnership for Children a v súčasnosti sa celosvetovo realizuje vo viac ako 30 krajinách sveta.



„Zdravý Max“

*„Predstavujem Vám eskimáka Maxa, ktorý sa rozhodol,
že našim druháčikom porozpráva o veľmi dôležitej téme, ktorou je zdravie.“*

Cieľová skupina: žiaci 2. ročníka ZŠ

Časová dotácia: 5 stretnutí (jedno stretnutie trvá 45 minút)

Cieľ programu:

Pochopenie pojmu zdravia, od ktorého sa potom odvodzuje aj chápania choroby, úrazov, poškodenia zdravia rovnako ako aj jeho podpora a rozvíjanie.

Obsahom programu sú témy týkajúce sa hygieny, výživy, pohybu, ale aj vzťahov medzi ľuďmi. Deti sa s touto témou zoznamujú formou rozprávok a iných zážitkových aktivít.



„Kamaráti Jabĺčka“

„Kto je Jabĺčko? Jabĺčko je škrečok, domáce zvieratko chlapca Tiga z príbehu, ktorý si budeme rozprávať.“



Ciel'ová skupina: žiaci 3. a 4. ročníka ZŠ

Časová dotácia: 24 stretnutí (1 stretnutie trvá 45 minút)

Ciel' programu: Rozvoj sociálnych a emocionálnych zručností detí, podpora ich duševného zdravia a zlepšovanie kvality života.

Program pozostáva z nasledujúcich modulov - pocity, komunikácia, vzťahy, riešenie konfliktov, vysporiadanie sa so zmenou a stratou a zvládanie nových situácií.

Program je voľným pokračovaním programu „Zippyho kamaráti“. Nie je nutné, aby deti absolvovali oba programy, ale odporúča sa to.

Program Kamaráti Jabĺčka vytvorila britská mimovládna organizácia Partnership for Children.



„Prevencia šikanovania“ (program primárnej prevencie)

Cieľová skupina: žiaci 3. a 4. ročníka ZŠ

Časová dotácia: 2 stretnutia
(jedno stretnutie trvá 90 minút)

Cieľ programu(program primárnej prevencie):

Zážitkovou formou oboznámiť deti s problematikou
šikanovania – zadefinovanie pojmu šikanovanie, druhy šikanovania a pod.

Naučíme sa ako sa cítia účastníci šikanovania, čo robiť ak sa stretneme s takýmto správaním.

Rozvojom sociálnych zručností sa deti naučia prevziať zodpovednosť za svoje správanie a vyjadriť svoj postoj k šikanovaniu.



Prevenca rizikového správania (alkohol, drogy)

Cieľová skupina: žiaci 3. a 4. ročníka ZŠ

Časová dotácia: minimálne 2 stretnutia

(jedno stretnutie trvá 90 minút)

Cieľ programu (program primárnej prevencie):

Prostredníctvom zážitkových aktivít majú možnosť žiaci lepšie spoznávať sami seba – svoje silné a slabé stránky, rozvíjať si sebaúctu, sebadôveru a s tým spojené prevzatie zodpovednosti za svoje správanie.

Program sa venuje problematike alkoholu a drog, ktorá je taktiež podaná interaktívnou formou a prispôbena konkrétnemu ročníku, v ktorom je aktivita realizovaná.



„Rozvíjame a posilňujeme vzťahy v našej triede“

Cieľová skupina: žiaci 2. až 4. ročníka ZŠ

Časová dotácia: minimálne 2 stretnutia
(jedno stretnutie trvá 90 minút)



Cieľ programu:

Zlepšenie celkovej atmosféry v triede, skvalitnenie komunikačných a kooperačných zručností detí, zlepšenie vzťahov.

Jednotlivé aktivity sú realizované zážitkovou formou a prispôsobené konkrétnemu ročníku, v ktorom je program realizovaný.

„Bud’me viac žirafou ako šakalom“ (princípy nenásilnej komunikácie)

Cieľová skupina: žiaci 1. až 4. ročníka ZŠ

Časová dotácia: 4-5 stretnutí

(jedno stretnutie trvá 90 minút)

Cieľ programu:

Zážitkovou formou oboznámiť deti s princípmi nenásilnej komunikácie, ktorá je založená na uvedomovaní si a prijímaní vlastných pocitov, súvisiacich s napĺňaním vlastných potrieb a na uvedomovaní si a prijímaní pocitov druhých, súvisiacich s napĺňaním ich potrieb. V rámci jednotlivých stretnutí sa budeme venovať nasledujúcim témam:

- pocity
- potreby
- pozorovanie
- vyjadrenie vďaky
 - prosba
 - empatia



Tréning sociálnych zručností

(Sociálno-psychologický výcvik)

Cieľová skupina: žiaci 2. až 4. ročníka ZŠ, príp. skupina detí s výskytom problémového správania

Časová dotácia: dlhodobý program, minimálne 5 stretnutí (jedno stretnutie trvá 90 minút)



Cieľ programu:

Tréning sociálnych zručností je zameraný na zvýšenie interpersonálnych a komunikačných zručností u detí. Môže pozitívne ovplyvniť ich osobnostné charakteristiky ako napr. sebahodnotenie, sebaúcta a empatia a zároveň eliminovať pretrvávajúce problémové správanie (napr. upútavanie pozornosti, presadzovanie svojich záujmov, agresivita, ale aj utiahnutosť, nepriebojnosť a pod).