



Lietuvos  
socialinio emocinio  
ugdymo asociacija



# SOCIALINIS IR EMOCINIS UGDYMAS IŠ ARTI

**Raimonda Kurauskienė**

## *Kas? Kas iš to? Kas toliau?*

Yra sakoma, kad tikrasis mokymasis vyksta tada, kai žmogus reflektuoja. Kai klausdamas jaučiasi saugiai. Kai nebijo pasirodyti, kad kažko nežino ar nemoka. Šie trys refleksijos klausimai labai padeda vaikams bei suaugusiems, norintiems suprasti, kokia yra praėjusios pamokos, kelionės, pasibaigusios dienos ar išaušusio ryto nauda ir prasmė.

**Taigi, dabar ir aš savęs klausiu:**

**Kas?**

Kas čia vyksta? Ar tik ne sena svajonė pildosi? Kai LSEUA prezidentė dr. Daiva Šukytė paprašė redaguoti dar negimusį Lietuvos socialinio ir emocinio ugdymo asociacijos laikraštį, buvo nedrąsu (juk mes, lietuviai, taip mokame save nuvertinti), bet įdomu (juk taip norisi nerti stačia galva ir pažiūrėti, kas bus). Todėl sakau: „Ačiū už pasitikėjimą“. Gera būti prasmingų įvykių sukuryje. Šis laikraštis nekvepės spaustuvės dažais, nes bus elektroninis. Jis nebus dažnas svečias, nes bus leidžiamas tik vieną kartą per tris mėnesius: kovą, birželį, rugsėjį ir gruodį.

**Kas iš to?**

Kai likimas pamėtėjo progą tapti socialinio ir emocinio ugdymo programų instruktore, turėjau galimybę aplankyti pačias įvairiausias Lietuvos ugdymo įstaigas. Iš pedagogų nuolat girdžiu, kad labai reikėtų erdvės, kurioje būtų galimybė dalintis viskuo, kas susiję su socialiniu ir emociniu ugdymu. Juk labiausiai mus



įkvepia sėkmės istorijos, o drąsos suteikia daugiau patyrusių žmonių patarimai bei galimybė dalintis savąja patirtimi bendraminčių būryje. Pirmojo numerio straipsniuose pakalbinome atstovus iš tų mokyklų, kurios socialinio ir emocinio ugdymo programas pradėjo diegti dar tada, kai apie tai mažai kas kalbėjo. Sužinosime, kuo kvėpuoja netrukus įvyksianti draugiškoji SEU olimpiada „Dramblys“, išgirsime LSEUA prezidentės žodį. Laikraštyje rasime trumpąsias rubrikas, ką reikėtų žinoti mūsų mokinukų tėvams, informaciją apie didesnius ir mažesnius renginius bei daugybę kitų dalykų.

**Kas toliau?**

Važiuojam! Mūsų laikraštis vadinasi „Socialinis ir emocinis ugdymas iš arti“. O kas gi dar yra arčiausiai kitų žmonių – vaikų, kaimynų ar kolegų? Žinoma, kad kiekvienas iš mūsų. Tad visa mūsų komanda, kurios kontaktus rasite paskutiniame puslapyje, laukia Jūsų laiškų, dalijimosi džiaugsmiais ir rūpesčiais. Juk tik nuo mūsų visų priklauso, ar laikraštis bus įdomus ir laukiamas.

## **Trumpai:**

➤ Kovo 22–26 dienomis vyks draugiškoji SEU olimpiada „Dramblys“, skirta darželinukams, pradinukams, 5–8 kl. Mokiniais, tėvams ir mokytojams.

➤ Kovo 26-ąją minima Pasaulinė socialinio ir emocinio ugdymo diena.

➤ Metinė LSEUA konferencija vyks nuotoliniu būdu:

- gegužės 6 d. 13 val. – mokyklų vadovams,
- gegužės 13 d. 14 val. – pedagogams,
- gegužės 20 d. 16 val. – tėvams.

➤ Kviečiame prisijungti ir bendrauti facebook.com grupėje „Lietuvos socialinio emocinio ugdymo“

**#SEUdiena**

2021 m. kovo 26 d. –  
tarptautinė SEU diena

## **Socialinis ir emocinis ugdymas keičia gyvenimus**

Įvairios studijos patvirtina, kad SEU mokiniams teikia naudą: nuo galimybės tobulinti socialinius ir emocinius įgūdžius iki geresnių mokymosi rezultatų. Šie pasiekimai yra ilgalaikiai ir globalūs. Mokslininkai įrodė, kad iki 18 metų vaikai ir jaunimas gali išmokyti įveikti emocines ir santykių problemas, išvengti psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo, tapti aktyviais bendruomenės nariais.

Kovo 26-ąją minima Tarptautinė socialinio ir emocinio ugdymo diena jau antrus metus suvienija trisdešimt šešių šalių iš šešių kontinentų bendruomenes ir asmenis, kurie yra įsipareigoję socialiniam ir emociniam ugdymui. Ji vienija visus, kurie tiki, jog galime kurti stipresnes mokyklas ir bendruomenes tam, kad šiandien ir rytoj pasaulis būtų teisingesnis ir rūpestingesnis.

## dr. Daiva Šukytė

LSEU asociacijos prezidentė

Nuo senų laikų, vos tik pradėjus mokyti vaikus mokyklose, vyko (ir tebevyksta) diskusijos apie mokyklos vaidmenį. Kas iš tiesų svarbu ruošiant jauną žmogų gyvenimui? Ko turime jį išmokyti? Ką gali padaryti mokykla, ką šeima, o ką bendruomenė? Kai jaunas žmogus tampa savarankišku suaugusiuoju ir kuria savo gyvenimą, niekas jo neklausia, kokiais pažymiais mokėsi matematikos ar geografijos. Visiems svarbu, koks jis, kaip žmogus, kokios jo asmeninės savybės ir kaip gerai jis sugeba atlikti savo darbą. Todėl pastaruosius 20 metų Lietuvoje vis daugiau tėvų, ugdymo įstaigų bendruomenių kelia tikslą ugdyti ne tik vaikų protą, bet ir širdį.

Socialinis ir emocinis ugdymas šiandien padeda vaikams užaugti atspariomis, tvirtomis, sveikomis asmenybėmis, gebančiomis padėti kitiems. Nors socialinis ir emocinis vaikų ugdymas pamažu įsitvirtina mokyklose ir šeimose, vis dar labai svarbu telktis, kalbėti,

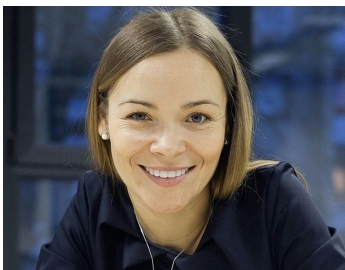


dalytis. Tik taip galime padėti vaikams įgyti žinių, gebėjimų, kaip ir kodėl svarbu pažinti save, savo emocijas, kaip išmokyti jas išreikšti; kaip ir kodėl svarbu išsiugdyti savitvarkos gebėjimus, empatiją, pagarbą sau ir kitiems, kaip išmokyti kurti ir išlaikyti tvarius tarpusavio santykius, gebėti atsispirti neigiamam spaudimui ir kaip priimti atsakingus sprendimus, įvertinti jų pasekmes. Šie įgūdžiai, gebėjimai, nuostatos, vertybės padės kurti draugiškesnę mokymosi, darbo, gyvenimo aplinką, kurioje visi jausis vertinami ir įsipareigoję vienas kito gerovei.

Kviečiu visus asociacijos narius būti aktyviais socialinio ir emocinio ugdymo idėjos skleidėjais ne tik savame rate, bet ir dalytis patirtimi su kitais bendruomenės nariais. Kviečiu visus, palaikančius socialinio ir emocinio ugdymo idėją, jungtis prie Lietuvos socialinio emocinio ugdymo asociacijos, nes šis ugdymas skirtas visiems. Jis nekuria takoskyros tarp religijų, kultūrų ar socialinių grupių, atvirkščiai – puoselėjamos bendražmogiškosios vertybės padeda ieškoti sprendimų ir sutarti.

## Irma Liubertienė

LSEU asociacijos kūrėja ir pirmoji prezidentė



Mielieji asociacijos nariai, man labai malonu pasveikinti Jus šeštųjų asociacijos gyvavimo metų minėjimo proga! Žaviuosi Jūsų idėjomis ir pasiryžimu diegti socialinį ir emocinį ugdymą(si) savo mokyklose, darželiuose, namuose. Labai gera kasmet išvysti naujų bendraminčių, papildančių mūsų gretas, veidus. Ačiū, kad dalijatės, rodote iniciatyvą ir tikite, kad socialinis ir emocinis ugdymas yra labai svarbi mokyklos turinio dedamoji, ieškote galimybių ir būdų, kaip jį plėtoti, inicijuojate renginius savo savivaldybėse, rajonuose. Esate tikri šviesos nešėjai Lietuvai ir visam Pasauliui. Ačiū Jums!

Ko dažniausiai linkime savo artimiesiems ir bičiuliams? Sveikatos, laimės, pilnatvės. Kokius norime matyti savo vaikus po dvidešimties ar trisdešimties metų? Laimingus, atsakingus, pasitikinčius savimi, gebančius įveikti gyvenimiškus sunkumus. Tai įgūdžiai, kurie ne visuomet yra duotybė, bet dažnai reikalauja kryptingo ugdymo bei visų ugdymo proceso dalyvių susitelkimo.

Prieš šešerius metus įkurta Lietuvos socialinio ir emocinio ugdymo asociacija – bendraminčių, ugdančių vaikų socialines ir emocines kompetencijas, bendradarbiavimo platforma. Labai džiaugiuosi, kad į asociacijos veiklą kasmet įsitraukia vis daugiau Lietuvos mokyklų, mokytojų entuziastų. Tai didžiulė parama mums, tėvams, norintiems savo vaikus išauginti kaip brandžias asmenybes.



**Reda Kunickienė**  
Buvusi LSEU asociacijos prezidentė

## Apie LSEUA

Lietuvos socialinio ir emocinio ugdymo asociacija įsteigta po 2015 m. birželio mėnesį LR Seime įvykusios nacionalinės konferencijos. Organizacijos misija – skleisti šalyje socialinio emocinio ugdymo gerą patirtį, diegti programas ir įrankius švietimui, rengti tyrimus, rekomendacijas ir pasiūlymus bei organizuoti visų suinteresuotų šalių bendradarbiavimą. Asociacija vienija darželius, pradines ir pagrindines mokyklas, gimnazijas ir kitas ugdymo įstaigas, kurios savo pavyzdžiu siekia, kad Lietuvoje didėtų dėmesys emocinio intelekto ir socialinių emocinių įgūdžių ugdymui.

Fiziniai ar juridiniai asmenys, norintys tapti asociacijos nariais, gali kreiptis elektroniniu paštu [lseuasociacija@gmail.com](mailto:lseuasociacija@gmail.com) arba telefonu +370 682 61208 (Daiva Šukytė).



Šį pavasarį jau ketvirtą kartą vyks draugiškoji SEU olimpiada „Dramblys“.

Olimpiados dalyvių tikslinė grupė plėtėsi kasmet: 2018 m. į olimpiadą buvo pakviestos ikimokyklinio ugdymo įstaigos, 2019 m. prisijungė pradinukai, o 2020 m. dalyvavo jau ir 5–6 klasių mokiniai. Kiekvienais metais buvo atliekami tyrimai. Nors dalyvių skaičius ir sudėtis per trejus metus labai keitėsi, tačiau susiformavo tendencija, leidžianti apčiuopti pagrindines olimpiados vertes.

Pirmiausia dalyviai kartu gali smagiai praleisti laiką. Olimpiadoje dalyvavę pedagogai pripažino, kad šis renginys turi įtakos profesiniam tobulėjimui. Mokytojai įgyja naujos praktinės socialinio ir emocinio ugdymo patirties, atranda naujų ugdymo metodų. Mokiniai, olimpiados dalyviai, atlikdami užduotis ne tik įgyja naujos mokymosi patirties, bet ir sustiprina kai kurias SEU kompetencijas. Tačiau svarbiausia, kad nauja patirtis padeda užmegzti artimesnius pedagogų ir jų ugdytinių tarpusavio santykius.

Taigi, drąsiai galima teigti, kad „Dramblys“ – olimpiada, kurioje laimi visi.

### Per trejus metus

#### olimpiadoje dalyvavo:

- 1 470 ugdymo įstaigų,
- 2 420 klasių ir grupių,
- 39 252 vaikai ir mokiniai,
- 2 003 pedagogai,
- parengta 101 užduotis,
- užduotis rengė 25 asmenys.

dr. Audronė Allan

SEU olimpiados „Dramblys“ užduočių rengimo ir tyrimų grupių narė, Lietuvos Kolpingo fondų švietimo projektų „Kolpingo darželis“ ir „Kolpingo pradinė mokykla“ ugdymo turinio vadovė

Olimpiadą „Dramblys“ įgyvendina VšĮ „Pozityvaus ugdymo institutas“ kartu su Lietuvos socialinio ir emocinio ugdymo asociacijos nariais.

Kodėl *draugiškoji* olimpiada? Organizuojant olimpiadą ir pateikiant kūrybines užduotis siekiama ne skatinti konkurenciją, bet dalijimąsi, gebėjimą bendrauti ir bendradarbiauti, mokymąsi vieniems iš kitų, draugiškų santykių puoselėjimą bei saugios aplinkos kūrimą.

Olimpiados uždaviniai:

- ugdyti(s) 5 esmines socialines emocines kompetencijas: savimone, savitvardą, socialinį sąmoningumą, tarpusavio santykius ir atsakingų sprendimų priėmimą;
- siekti, kad olimpiadoje dalyvautų ir užduotis atliktų kuo daugiau vaikų;
- skatinti, kad olimpiadoje dalyvautų ne tik vaikai, bet ir tėvai bei mokytojai;
- reflektuojant įsivertinti ir stebėti asmeninę olimpiados dalyvių pažangą.

Kasmet nuoširdžiai dėkojame olimpiados ugdomosios veiklos turinį (užduotis) kūrusiems autoriams. Tai iš tiesų didelis bendradarbiaujančių Lietuvos specialistų būrys – psichologai, priešmokyklinio, pradinio ir bendrojo ugdymo mokytojai, vaikystės fenomeno tyrėjai, edukologijos mokslininkai, tėvai.

Tikime, kad visi olimpiados dalyviai pasinaudos jau sukaupta patirtimi ir įrankiais, pasitelks kūrybingumą, vaizduotę ir pasieks puikių asmeninių rezultatų.

Norintieji prisijungti prie 2021 m. kovo 22–26 d. vyksiančios draugiškosios SEU olimpiados „Dramblys“ rašykite mums adresu [info@dramblys.lt](mailto:info@dramblys.lt)



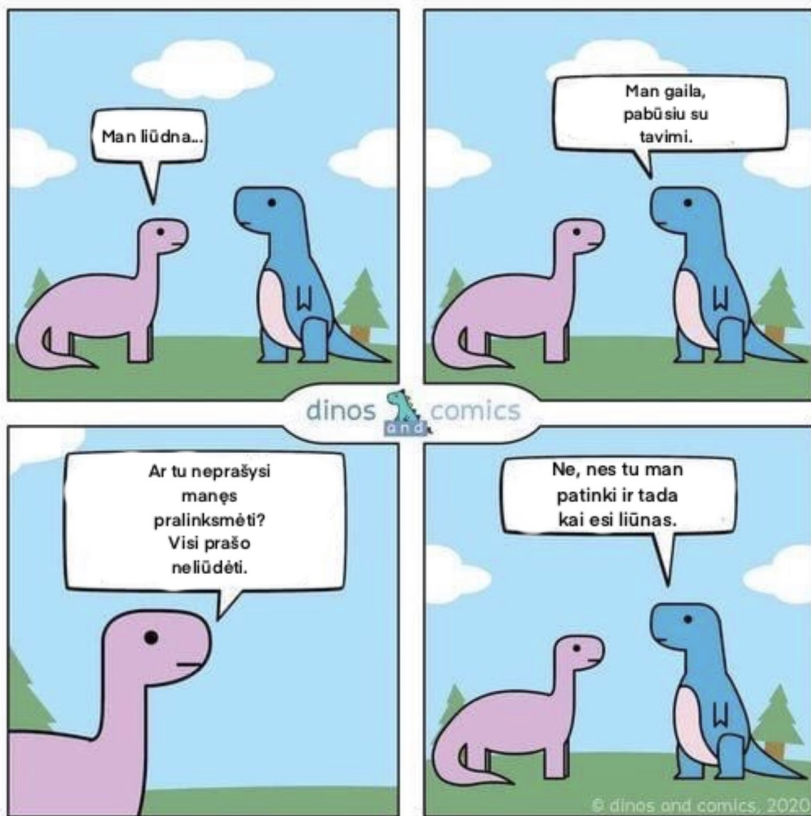
### Smagioji užduotis

**Jausmų traukinukas.** Vaikai sustoja į eilę vienas paskui kitą. Paskutinis vaikas nusiuka nuo visų, sugalvoja jausmą, kurį mimika ar judesiais perteikia kitam vaikui, ir paliečia draugo petį, kad šis atsisuktų. Taip kiekvienas vaikas perduoda šalia stovinčiam tai, ką gavo iš už jo esančio vaiko. Užduotis atliekama „sugedusio telefono“ principu.

### Mokymo metodas

**Blyksnis.** Šis metodas gali būti taikomas siekiant išsiaiškinti mokinių lūkesčius, mokymosi problemas, pomėgius, įgūdžius ir kt. Jo principas yra toks: kiekvienas mokinyas pasako savo nuomonę nagrinėjamu klausimu, tačiau jam leidžiama kalbėti ne ilgiau kaip pusę minutės. Pageidautina kalbėtis susėdus ratu. Galima naudoti „prakalbinimo“ kamuoliuką ar kokią kitą daiktą, kuris metamas pokalbį pratęsti turinčiam mokiniui. Tas, kuris nenori išsakyti savo nuomonės, perduoda teisę kalbėti kitam. Jeigu kalbėtojas viršija numatytą laiko limitą, mokytojas bei grupė turi teisę nuspręsti, ar nutraukti pokalbį, ar ne. Tarp atskirų pasisakymų diskutuoti neleidžiama.





## Kviečiame pažaisti

### Susipažinimui.

**Vardų kryžiažodis.** Kiekvienas vaikas gauna lapą, kuriame į langelius turi įrašyti savo vardą. Tada einama prie kitų dalyvių, klausima jų vardų, kurie įrašomi kryžiažodyje.

**Variantai:** esant didelei grupei klausama tik dalies dalyvių vardų. Kai grupelė yra labai maža, galima pabandyti surašyti ne tik vardus, bet ir pavardes.



## SEU metodai – nuo pat mažens

SEU veikla Vilniaus lopšelyje-darželyje „Medynėlis“ prasidėjo 2000 m. rudenį. Apie 20 Vilniaus darželių tuo metu pirmieji žengė šį žingsnį. Kitais metais į SEU veiklas įsitraukiau ir aš, nes pradėjau dirbti su priešmokyklinukais.

Mes, suaugusieji, suprantame, kad pykti, susierzinti, pavydėti, džiaugtis yra natūralu, ir galime savo emocijas, jausmus įvardyti bei juos valdyti. Nors kartais tai pavyksta ne visiems. Vaikai ne visada gali pasakyti, kaip jie jaučiasi, nežino, į ką reikėtų kreiptis pagalbos. Dėl šių priežasčių vaikai dažnai užsisklendžia ir neišsako, kas juos slegia. Mums, auklėtojomis, pradėjusiomis į ugdymo procesą diegti socialinių įgūdžių ugdymo(si) programą „Zipio draugai“, buvo organizuotas įvadinis seminaras. Jo metu drauge su psichologėmis analizavome programos turinį, dalijomės mintimis, džiaugėmės puikia medžiaga. Vaikams patiko dideli spalvoti plakatai, užduotys, pasakojimai apie Zipį ir jo draugus. Pačios siuvome, mezgėme vabaliuką Zipį. Vaikai jį taip pamėgo, kad net prašydavo leisti kartu su juo miegoti. Vėliau įsigijome tikras gyvalazdes, bet vaikams vis tiek neužmiršo auklėtojos sukurtą vabaliuko.

Puikiai prisimenu pirmuosius metus, nes visada labiausiai įsimena tai, kas nauja. Tais metais dvi mergaitės neteko savo tėčių (žuvo). Susidūriau su dideliu iššūkiu, kaip kalbėti su vaikais apie netektį, ir SEU programa labai padėjo. Vaikai tapo brandesni, draugiškesni. Prisimenu, kaip žaisdami žaidimą-ratelį, kuriame buvo panaudota atstūmimo reakcija, vaikai labai jautriai sureagavo į atstūmimą. Kai išleidome savo priešmokyklinukus į mokyklą, pradinių klasių mokytojos pasakojo, kad mūsų vaikai yra drąsesni, nebijo kalbėti, prašyti pagalbos, geba patys spręsti kylančius konfliktus. Tai pastebėjo ir tėveliai. Jie pateikdavo pavyzdžių apie gražų vaikų bendravimą mokykloje, džiaugėsi, kad vaikai geba įvardyti savo emocijas ir moka jas valdyti. Deja, pasitaikydavo nesusikalbėjimo su mokyklos pedagogais. Kartais drąsius vaikus, kurie nebijo klausyti, prašyti, net komentuoti, pedagogai vadindavo išsišokėliais. Tačiau tėveliams papasakojus apie „Zipio draugų“ programą, problemos būdavo išspręstos.

Iššūkių darbe buvo daug, nes reikėjo ir pačiai mokytis, atsidurti įvairiose situacijose. Labai gerai, kad mes, SEU programoje dalyvaujančios mokytojos bei psichologės, dažnai susitikdavome ir aptardavome, kas pavyko, o kas kelia rūpesčių. Pačios išbandydavome įvairias žaidybines situacijas, net patardavome viena kitai, kaip reikėtų elgtis. Vėliau programoje atsirado naujų papildymų, patobulinimų, palengvinimų auklėtojomis. Dabar mums labai padeda „Pedagogo profesinio meistriškumo tobulinimo vadovas“, „Metodika įtraukiamam ugdymui“. Labai gerai, kad ir mokykloje atsirado programos „Zipio draugai“ tęsinys „Obuolio draugai“ ir „Įveikiame kartu“.

Matant, kaip mano grupės auklėtiniai vertina draugystę, geba bendrauti, žaisti be konfliktų, išmoksta padėti vieni kitiems ir nebijo pasakyti, kas juos neramina, norisi kuo dažniau bendrauti su vaikais taikant programos „Zipio draugai“ metodiką.

Danutė Kuprienė

Vilniaus lopšelio-darželio „Medynėlis“ priešmokyklinio ugdymo pedagogė

Vis svarstydavau, ką realiai reikia keisti, kaip mums, suaugusiems, išmokyti vaikus mylėti save ir kitus, gerbti aplinką, kurioje gyvena, kaip išmokyti juos spręsti konfliktus. Susipažinusi su programa LIONS QUEST supratau, kad tai – viską apimantis kelias padėti vaikui suprasti save, padėti jam atsispirti žalingiems įpročiams ir suformuoti tvirtą gyvenimo įgūdžių pamatą.

2005 m. Aidos Raimondos Pečeliūnienės, Klaipėdos LIONS klubo narės, iniciatyva drauge su Linu Slušniu, Daiva Šukyte, Gina Levickiene ir Klaipėdos Liudviko Stulpino pagrindinės mokyklos (dabar progimnazijos) mokytojais parengiamieji darbai, kad LIONS QUEST gyvenimo įgūdžių ugdymo programa „Paauglystės kryžkelės“ pasiektų mokyklas. Klaipėdos Liudviko Stulpino progimnazijoje pirmieji socialinio ir emocinio ugdymo (toliau – SEU) žingsniai buvo žengti jau 2006 m., kai mokytojos Kristina ir Vida pagal minėtą programą pradėjo dirbti su dvių šeštų klasių mokiniais.

Palaipsniui augome, visi kartu mokėmės. Šiuo metu esame progimnazijos bendruomenė, įgyvendinanti nuoseklų socialinį ir emocinį ugdymą, kuris apima visą mokyklos bendruomenę: priešmokyklinio ugdymo grupės vaikus ir 1–8 klasėse besimokančius mokinius, tėvus, visus darbuotojus, mikrorajono gyventojus ir socialinius partnerius. Nuo 2006 m. iki dabar mokinių socialiniam emociniam ugdymui skiriama viena savaitinė valanda iš Ugdymo plano valandų, skiriamų mokinių ugdymo(si) poreikiams tenkinti. Kadangi visi mokytojai yra dalyvavę mokymuose, jie šias kompetencijas ugdo SEU integruodami į mokomojo dalyko turinį. Džiugu, kad Klaipėdos miesto gimnazijose SEU taip pat skiriamas didelis dėmesys. Glaudžiai bendradarbiaujame su Klaipėdos „Varpo“ gimnazija, kurioje mokiniai turi galimybę gilinti SEU žinias ir įgūdžius.

Ši programa nėra vieno nepakeitė per vieną pamoką ar per pusmetį. Buvo nusivylimų, ieškojimų. Net mokytojų bendraminčių grupelė tai sumažėdavo, tai padidėdavo. Nelengva buvo ir mokinių tėvus įtikinti, kad programa veiksminga. Bet palaikydami vienas kitą tikėjome, kad pasiekti gerų rezultatų galime tik ramiai, kantriai, tikslingai ir sutelktai dirbdami. Dirbo visa bendruomenė: mokiniams vyko „liūtukų“ pamokos, savanorystę skatinanti veikla, projektai, mokytojai bendravo tarpusavyje. Labai svarbi buvo nuoširdi klasių vadovų veikla, psichologės, socialinės pedagogės, pavaduotojų atsakingumas, visų suvokimas, ko siekiame. Dabar galiu teigti, kad LIONS QUEST programos kiekvienas užsiėmimas – tai socialinio ir emocinio intelekto lavinimo pamoka, kurios tampa skirtingų prevencinių programų visuma.

Netgi jei programos veiksmingumą mokiniai pajus tik tada, kai paliks mūsų progimnaziją ar kai bus suaugę, net jei mes negalėsime rezultato užfiksuoti, vis tiek tai bus geriausias programos įgyvendinimo ir mokyklos pastangų įvertinimas.



Diana Čedavičienė  
Klaipėdos Liudviko Stulpino progimnazijos direktorė



Vilniaus Prano Mašiotų pradinė mokykla – viena iš trijų Lietuvos mokyklų, pradėjusių ugdyti pradinukus pagal socialinių emocinių įgūdžių programą „Antrasis žingsnis“.

Paskatintos programos vadovės ir psichologės Ž. Arlauskaitės bei mokyklos direktorės J. Mikulskienės pradinė klasių mokytojos programą ėmė diegti klasių valandėlių metu. Šios veiklos tikslai – mažinti agresyvių vaikų elgesį, padėti jiems patirti sėkmę moksle bei gyvenime, ugdyti empatiją, impulsų kontrolę bei mokytį spręsti problemas, valdyti pyktį. 2008 metais pradinė klasių mokytojos I. Rimkuvienė, A. Petraitienė tapo „Antrojo žingsnio“ konsultantėmis, organizavo seminarus Vilniaus miesto bei rajono mokytojams, o 2009 metais pristatė programą švietimo įstaigų vadovams Vilniaus miesto savivaldybėje.

Programos „Antrojo žingsnio“ veiksmingumą pastebėjo ir ekspertai, 2010 metais vykdę mokykloje išorės auditą. Išvadoje teigiama, kad mokykloje kuriama saugi ugdymo(si) aplinka. Dauguma mokinių klasėse jaučiasi saugūs, pasitiki savimi ir vieni kitais, drąsiai reiškia savo nuomonę, vyrauja abipusė pagarba. Daugumoje stebėtų pamokų klasės mikroklimatas palankus mokymuisi: mokiniai drausmingi, gebantys bendradarbiauti, gerbia vieni kitus, išklauso, pozityviai reaguoja į pastabas.

Šiuo metu mūsų mokykloje didžioji dalis pradinė klasių mokytojų dirba pagal „Antrojo žingsnio“ programą, keletas pedagogų socialinius emocinius mokinių įgūdžius ugdo pagal kitas patvirtintas programas. Vaikai mokomi suvokti jausmus, dėmiais išklausyti, susidraugauti ir išsaugoti draugystę, kreiptis pagalbos ir padėti aplinkiniams, įveikti vienišumą, atstūmimą, patyčias ar priekabiavimą, spręsti konfliktus, lengviau išgyventi gyvenimo pasikeitimus bei netektis. Programos „Antrasis žingsnis“ efektyvumą patvirtina ir 2020 metais NSA organizuotos mokinių tėvų apklausos rezultatai. Aukščiausios vertės mokykloje:

- per paskutinius 2 mėnesius mano vaikas iš kitų mokinių nesityčiojo,
- mokykloje mano vaikas yra skatinamas bendradarbiauti,
- į mokyklą mano vaikui eiti patinka.

Šešiolika metų vykdoma programa „Antrasis žingsnis“ – puikus įrankis pradinė klasių mokytojams ir mokiniams, kadangi apie socialinio ir emocinio ugdymo svarbą kalbėjome nuo pat mokyklos įkūrimo. Džiaugiamės ir didžiuojamės, kad jau dvidešimtus metus nuosekliai dirbame vadovaudamiesi rašytojo ir pedagogo Prano Mašiotų citata, išreiškiančia mokyklos filosofiją: „Neužgaulk mažo, nes jame didelį užmuši.“



Vilniaus Prano Mašiotų pradinės mokyklos  
direktoriaus pavaduotoja ugdymui Giedrė Zulonienė

### Knygų lentynėlė

2020 m. leidykla „Vaga“ išleido Marc'o Brackett'o knygą „Leidimas jausti“. Per ilgus mokslinių tyrinėjimų metus M. Brackett'as sukūrė veiksmingą sistemą, kaip pasitelkti emocijas, kad jos padėtų, o ne kliudytų siekti sėkmės ir gerovės. Šios sistemos ištakos – tai paties autoriaus skausmingi vaikystės išgyvenimai: patirtas smurtas, užgauliojimai ir prievarta. Tik įžvalgaus ir rūpestingo dėdės, pirmojo suaugusiojo, kuris jį matė ir girdėjo, dėka Marc'as suprato, kad nėra vienišas, o jausti pyktį, išgastą ir kitas neigiamas emocijas yra visiškai normalu. Įkvėptas šio suvokimo, autorius pasineria į žmogaus emocijų pasaulį.



Šiuolaikinė mokykla nebėra vien įrankis, užtikrinantis vaiko teisę į mokslą. Vienas aktualiausių nūdienos siekių bei iššūkių – sukurti saugią, draugišką ir įkvepiančią aplinką, kuri vaikus skatintų ne tik mokytis, bet ir bręsti kaip asmenybes.

Neatsitiktinai apie socialinę ir emocinę ugdymą (SEU) pastaruoju metu Lietuvoje vis garsiau kalbama kaip apie neatsiejamą mokymo bei mokymosi proceso dalį. Mūsų gimnazija į visapusišką, vieningą socialinių ir emocinės kompetencijos ugdymą įsitraukė prieš 14 metų. Pirmieji žingsniai nebuvo lengvi. Mes, aštuonių žmonių komanda, grįžę iš mokymų užėjome pas direktorių ir uždavėme klausimą, ar mokytojų kambaryje galime iškabinti plakatą „Jei kažkas gali prasidėti, tegul prasideda nuo manęs“. Šioje frazėje išsakyta tiesa vadovaujamės ir dabar.

Per kelerius metus pajutome ženklus pokyčius, apėmusius visus bendruomenės narius: pradedant mokiniais, jų tėvais ir baigiant pačiais pedagogais. Pripažinsiu, jog pati pradžia buvo anaip tol nelengva, stigo ne tik bendrosios patirties, adaptuotų mokomųjų leidinių, bet ir politinio palaikymo. Daugeliui politikų tuo metu atrodė, jog mokyklose užtenka vien pamokų. Pasibaigus mokymams nedidelė dalis mokytojų taip pat ne itin palankiai įvertino SEU bei nebuvo linkę imtis kokios nors projektinės, kūrybinės veiklos. Tačiau galiausiai pedagogai įsitikino, kad faktiškai per trejus metus, kai imta ugdyti socialines ir emocines kompetencijas, mokykloje ženkliai pagerėjo mikroklimatas, mokiniai ėmė pasitikėti savimi ir atvirai diskutuoti tiek su gimnazijos vadovais, tiek su mokytojais apie tai, kas mokykloje yra negerai, ką ir kaip reikėtų keisti. Subrendo vaikų motyvacija, kad reikia sąžiningai reikšti savo nuomonę bei pripažinti klaidas, o tada ir pedagogai pasijuto įpareigoti sąžiningai pripažinti, ką jie, kaip mokytojai, daro negerai. Taigi pamažu tapome visai kitokios kultūros mokykla.

Veikla ir lavina, ir įkvepia. Per keturiolika metų Priekulės Ievos Simonaitytės gimnazijoje ugdant socialines ir emocines kompetencijas buvo įgyvendinta gausybė įvairių projektų, sėkmės siekėme pasirinkdami nuoseklią socialinio ir emocinio ugdymo programą nuo priešmokyklinio ugdymo iki aštuntos klasės, todėl 9-12 klasėse LIONS QUEST programa „Raktai į sėkmę“ buvo natūralus tęsinys.

Kad gimnazijoje nuosekliai vyktų socialinis emocinis ugdymas, būtų įtraukiami tėvai, labai svarbus administracijos palaikymas. Mūsų gimnazijoje už SEU pamoką jau dvylika metų randama galimybė mokėti kaip už nuosekliai įgyvendinamą programą.

Labai svarbus ir nuolatinis žinių atnaujinimas, kalbėjimasis su gimnazijoje dirbti pradėjusiais mokytojais apie SEU prioritetus, apie klasės vadovo darbą, apie SEU integravimą į mokomuosius dalykus, kad visa tai taptų aišku, priimtina ir įgyvendinama. Tam reikalingas nuoseklumas, pagalba, supratimas ir veiklos koordinavimas.

Dar vienas svarbus dalykas – dalytis savo patirtimi, todėl beveik kasmet rengiamos respublikinės SEU konferencijos. Praėjusiais metais dirbdami nuotoliniu būdu aptarėme strategijas, kaip reikėtų vesti klasės valandėles, kurios šiuo laikotarpiu ypač svarbios, koks turėtų būti jų formatas. Klasių vadovai vedė 42 atviras klasės valandėles, ir sulaukė daug gražių atsiliepimų iš kolegų ir švietimo centrų.

Sakyčiau, kad ne kiekvienas žmogus gali būti klasės vadovu, o paaiškinimas paprastas – reikia įvertinti savo vertybes, emocines ir socialines kompetencijas, kad galėtum priimti kitokią nuomonę, gebėtum priimti atsakingus sprendimus.

### Loreta Kaltauskienė

Klaipėdos rajono Priekulės Ievos Simonaitytės gimnazijos direktoriaus pavaduotoja ugdymui

SEU LIONS QUEST programos sertifikuota instruktorė – lektorė, programos gimnazijoje koordinatore

#### Nusišypsokime... ☺☺☺

Mokytoja klausia mokinio:

– Ar mano klausimas tau sukėlė sunkumų?

Mokinys:

– Ne klausimas, o atsakymas.

Mokytoja paprašė vaikų nupiešti karvę, besiganančią pievoje. Vienas mokinys atneša tuščią popieriaus lapą. Mokytoja klausia:

– O kur žolė?

– Ją suėdė karvė.

– O kur tada karvė?

– O ką ji ten veiks, jei nėra žolės?



Kiekvienos šeimos, auginančios vaikus, svajonė – supratingas, paklusnus, tinkamai besielgiantis vaikas. Tačiau... Beveik kasdien šeimos susiduria su įvairiomis vaiko netinkamo elgesio apraiškomis. Kas nutinka, kad užuot elgęsis kaip jo prašomas vaikas maištauja, priešgyniauja, o kartais būna net labai agresyvus? Priežastys gali būti labai įvairios:

- nepatenkinti vaiko poreikiai,
- tinkamo pavyzdžio nebuvimas,
- skirtingi suaugusiųjų lūkesčiai vaiko atžvilgiu,
- vaiko įgyti manipuliacinio įgūdžiai,
- leistino elgesio ribų nebuvimas,
- stiprūs aplinkos dirgikliai,
- intensyvi emocijų raiška,
- nepakankami bendravimo ir problemų sprendimo įgūdžiai ir kt.

Tai ką daryti, kad vaikas norėtų elgtis tinkamai? Pirmiausia – suderinti suaugusiųjų veiksmus, elgtis nuosekliai ir atsakingai. Tačiau visų svarbiausia – ieškoti tiltų vaiko tinkamo elgesio link. Vaikas turėtų patirti, kad eiti šiais tiltais yra kur kas saugiau ir patogiau, nei šokti į sraunią upę ir bandyti ją perplaukti.

**Onutė Misiukevičienė**  
**Socialinė pedagogė ekspertė,**  
**SEU programų instruktorė**

Parengta pagal A. Blandės, E. Gudalienės knygą  
„Vaikas pokyčių kelyje“ (2018)

### SEU renginiai Lietuvos mokyklose

➤ Kovo 24 d. – paskaita-susitikimas „Mokymasis tarnaujant. Sąmoningumas“ Kretingos Pranciškonų gimnazijos IG ir IIG klasių mokiniams.

➤ Balandžio 26 d. – V-oji tarptautinė ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo įstaigų mokytojų metodinė – praktinė konferencija „Idėjų gniūžtė“. Tema: „STEAM ir emocijos“ Vilkaiviškio lopšelyje darželyje „Buratinas“.

➤ Gegužės 20 d. – diskusija „Ką atrakinsime „Raktais į sėkmę?“ Kretingos Pranciškonų gimnazijos IG ir IIG klasių auklėtojams, mokytojams.

➤ Birželio 9 d. 12 val. – respublikinė 7–8 klasių mokinių konferencija „Mokymosi sėkmė: kuo svarbus SEU?“ Kauno Dainavos progimnazijoje.

### Tariame AČIŲ visiems, padėjusiems pirmajam laikraščio numeriui išvysti dienos šviesą:

Kęstučiui Inkratai už maketavimo darbus,  
Gitanai Melnykaitei už kalbos stiliaus koregavimą,  
Laurai Danylienei už SEU olimpiados „Dramblys“ statistikos duomenis,  
Onutei Mingei Slušnytei už tai, kad drakoniukas prakalbo lietuviškai.

**Kviečiame dalytis patirtimi, siųsti straipsnius ir nuotraukas birželio mėnesio numeriui.**

#### Kūrybinė komanda:

##### Redaktorė

Raimonda Kurauskienė  
tel. nr. +370 652 50502  
el. p. raimonda.kur@gmail.com

##### SEU vakar, šiandien ir rytoj

Daiva Šukytė  
tel. nr. +370 682 61208  
el. p. ltseuasociacija@gmail.com

##### Darželinukų atradimai

Indrė Matevičienė tel.  
nr. +370 686 77313  
el. p. direktore@raseiniusaulute.lt

##### Pradinukų dienoraščiai

Vida Rudelienė  
tel. nr. +370 685 71160  
el. p. vidarud@gmail.com

##### Progimnazijų džiaugsmas ir rūpesčiai

Jolanta Vengalienė  
tel. nr. +370 682 15375  
el. p. j.vengaliene@yahoo.com

##### Gimnazistų realybė ir svajonės

Giedrė Volungevičienė  
tel. nr. +370 315 69104  
el. p. giedrevol@gmail.com

##### Tėvams apie vaikus

Onutė Misiukevičienė  
tel. nr. +370 699 36137  
el. p. o.misiukeviciene@gmail.com



Lietuvos  
socialinio emocinio  
ugdymo asociacija