

## KLAIPĖDOS STASIO ŠIMKAUS KONSERVATORIJA

### SEU ATASKAITA

*Duomenys pateikiami už 2023 m.*

#### **SEU programos Lions Quest „Raktai į sėkmę“ integracija į pamokas ir klasės valandėles:**

- 1) Mokytoja, Gitana Motiejaitė, socialinio emocinio ugdymo programą Lions Quest „Raktai į sėkmę“ įtraukė į etikos pamokas konservatorijos mokiniams ir į klasės valandėles savo auklėtiniams, pagal šias temas:

<i>Pamokos data:</i>	<i>Temos pavadinimas:</i>
2023-03-02	„Šalia manęs kitas žmogus.“
2023-03-16	„Savanorystė.“ Zoom susitikimas su savanore iš Ukrainos Anastassia Kremezna.
2023-03-23	„Savojo „aš“ pažinimas.“
2023-04-20	„Tarpasmenių santykių kūrimas.“
2023-10-06	„Bendravimas. Tinkamai reaguoti.“
2023-10-20	„Bendravimas. Empatiškai klausyti.“
2023-11-24	„Įvardyti savo poreikius.“

- 2) Mokytoja Regina Baronienė, savo auklėtiniams organizavo apsilankymą kino seanse, „Kultūros fabrike“, lytiškumo ir paauglystės tema:

<i>Pamokos data:</i>	<i>Temos pavadinimas:</i>
2023-02-23	„Paauglystė, lytiškumas, santykiai su tėvais.“ 9 kl. (30 mokinių)

#### **SEU ir dailės terapija klasės valandėlėse:**

Psichologė Odeta Čiapienė vedė edukacijas konservatorijos mokiniams emocijų temomis ir dailės terapiją klasės valandėlių metu:

<i>Pamokos data:</i>	<i>Temos pavadinimas:</i>
2023-02-02	„Mūsų emocijos.“ Žaidimas ir edukacija 9 kl. Aukl. Regina B. (20 mokinių)
2023-02-09	„Mano savivertė ir vaidmuo tarp kitų.“ Dailės terapija su metodu „Pusryčiai – pietūs – vakarienė“ A. Kokorenko (E. Tararinos modifikacija), 11 kl. Aukl. Rasa Oberhaus (20 mokinių)
2023-03-23	„Bendrystės stiprinimas“ Dailės terapija su metodu „Pusryčiai – pietūs – vakarienė“ A. Kokorenko (E. Tararinos modifikacija), 9 kl. Aukl. Regina B. (20 mokinių)
2023-10-13	„Bendrystės stiprinimas“

Dailės terapija su metodu „Pusryčiai – pietūs – vakarienė“ A. Kokorenko (E. Tararinos modifikacija), 11a kl. Aukl. Jolanta V. (12 mokinių)



1 pav. Emocinio intelekto lavinimas su žaidimu „Emojito“. Dalyvauja 9 kl. mokiniai.



2 pav. Savo vaidmens grupėje atradimas su dailės terapijos metodu „Pusryčiai-pietūs-vakarienė“. 11 kl. mokinių piešiniai.

## SEU akcijos ir renginiai Stasio Šimkaus konservatorijoje:

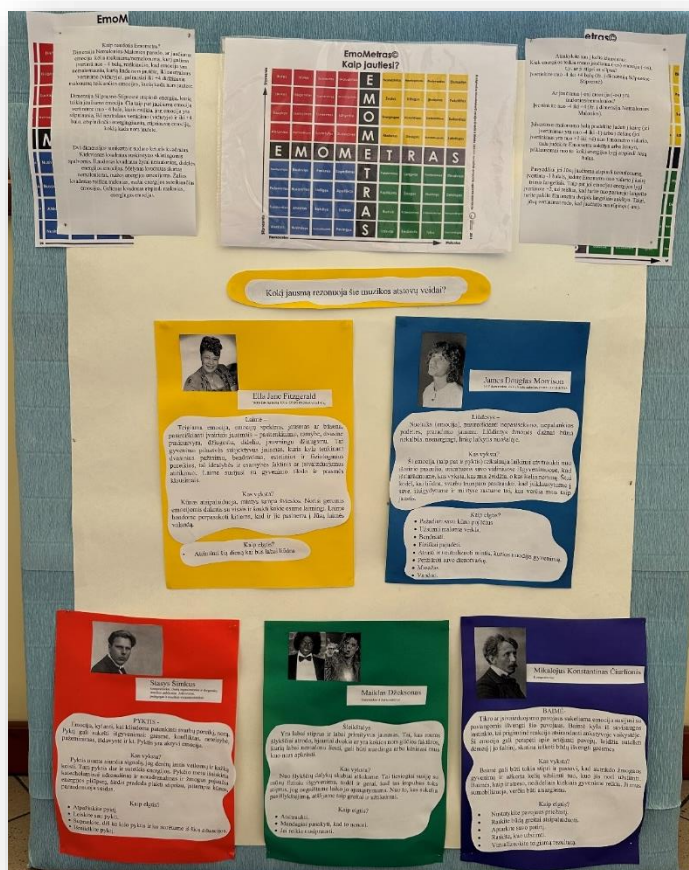
### 1) 2023-03-10 d. SEU diena

2023 m. kovo 10 dieną, pirmą kartą Konservatorija mini **Tarptautinę SEU dieną**, kuri skirta vienyti viso pasaulio žmones, kurie neabejingi socialiniam ir emociniam ugdymui. Ši diena minima nuo 2020 metų.

Socialinis emocinis ugdymas (SEU) – tai procesas, per kurį vaikai ir suaugusieji įgyja ir mokosi efektyviai naudoti žinias, gebėjimus ir įgūdžius bei vertybines nuostatas, reikalingas norint: pažinti ir valdyti savo emocijas; išsikelti teigiamus tikslus ir jų siekti; jausti ir rodyti rūpestį kitais (empatija); kurti ir palaikyti pozityvius tarpusavio santykius; priimti atsakingus sprendimus.

SEU tikslas – padėti mokiniams įgyti ir sėkmingai naudoti socialinius ir emocinius gebėjimus, siekiant užtikrinti sėkmę mokykloje ir gyvenime, puoselėti darnius tarpusavio santykius bendruomenėse ir stiprinti atsakingą elgesį visuomenėje.

Šiais metais ieškojome emocijų išreikštų muzikos atstovų veiduose, gyvenimo sferose. Atrinkti žmonės yra įvairių laikotarpių ir muzikos stiliaus atstovai. Analizuodami jų veidus ir gyvenimo kelionę nepriskiriame jiems būtent šios „etiketės“. Bandėme įžlęgti tik tos emocijos elementą ar bruožą.



3 pav. Stendas konservatorijos bendruomenės nariams SEU dienai.

Taip pat, SEU dieną, bendruomenei buvo pristatytas **Emometras**, kurio pagalba galima įsivertinti savo emocinę būseną.

**EmoMetras©**  
**Kaip jautiesi?**

Silpnesnės	Įtūžęs	Įsūtęs	Sukrėstas	Įskaudintas	<b>E</b>	Nustebinas	Neprikytas	Malyvuotas	Ekstazėje
	Įpykęs	Išsigandęs	Susinerėjęs	Nemotygotas	<b>M</b>	Žvalus	Džugus	Įkvėptas	Pakylėtas
	Supykęs	Susirūpinęs	Sunerimęs	Įdirgintas	<b>O</b>	Energingas	Gyvybingas	Optimistškas	Sužavėtas
	Atstumtas	Nerimaujęs	Suvaržytas	Susierzinęs	<b>M</b>	Malonus	Smagus	Įsivildijęs	Laimingas
	<b>E</b>	<b>M</b>	<b>O</b>	<b>M</b>	<b>E</b>	<b>T</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>S</b>
	Pasibykėjęs	Nusivylęs	Panūręs	Sugėdintas	<b>T</b>	Palaimintas	Lengvas	Pasitenkęs	Pilnatvėje
	Pažemintas	Nusavintas	Išsilgęs	Apatiškas	<b>R</b>	Pasitikintis	Saugus	Nurimęs	Dėkingas
	Susiravėjęs	Atskirtas	Balkštus	Išsekęs	<b>A</b>	Ramus	Patenkintas	Ašipalaidavęs	Neripetingas
Vienišas	Nusiminęs	Nuobodijęs	Pavargęs	<b>S</b>	Laisvas	Besilsiintis	Tylus	Harmoningas	
	Nemalonios					Malonios			

Iš originalios Masudžerės vertijos šventė ir šiltesnio Lietuvos socialinio emocinio ugdymo asociacija 2018

4 pav. Plakatas konservatorijos bendruomenei SEU dienai.

SEU dienos stende pateikėme instrukciją, kaip naudotis emometru ir kartu reflektavome.

Instrukcija: Kaip naudotis Emometru?

Dimensija “Nemalonios - Malonios” parodo, ar jaučiama emocija kelia malonumą/nemalonumą, kuri galima įvertinti nuo -4 balų, reiškiančio, kad emocija yra nemaloniausia, kurią kada nors jautėte, iki neutralaus vertinimo (viduryje), galiausiai iki +4 didžiausią malonumą teikiančios emocijos, kurią kada nors jautėte.

Dimensija “Silpnesnė - Stipresnė” atspindi energiją, kurią teikia jaučiama emocija. Čia taip pat jaučiamą emociją vertiname nuo -4 balo, kuris reiškia, jog emocija yra silpniausia, iki neutralaus vertinimo (viduryje) ir iki +4 balo, atspindinčio energingiausią, stipriausią emociją, kokią kada nors jautėte.

Dvi dimensijos susikerta ir sudaro keturis kvadratus. Kiekvienas kvadratas suskirstytas skirtingomis spalvomis. Raudonas kvadratas žymi nemalonias, didelės energijos emocijas. Mėlynas kvadratas skirtas nemaloniams, mažos energijos emocijoms. Žalias kvadratas reiškia malonias, mažai energijos suteikiančias emocijas. Geltonas kvadratas atspindi malonias, energingas emocijas.

*Atsakykite sau į kelis klausimus:*

- Kiek energijos teikia mano jaučiama (-os) emocija (-os), t.y. ar ji stipri ar silpna?
- Įvertinkite nuo -4 iki +4 balų (žr. į dimensiją Silpnesnė - Stipresnė)
- Ar jaučiama (-os) emocija (-os) yra malonios/nemalonios?
- Įvertinkite nuo -4 iki +4 (žr. į dimensiją Nemalonios - Malonios).
- Įsivertinus malonumo balą pradėkite judėti į kairę (jei įvertinimas yra nuo -4 iki -1) arba į dešinę (jei įvertinimas yra nuo +1 iki +4) nuo Emometro vidurio, tada judėkite Emometru aukštyr arba žemyn, priklausomai nuo to kokią energijos lygį atspindi Jūsų balas.

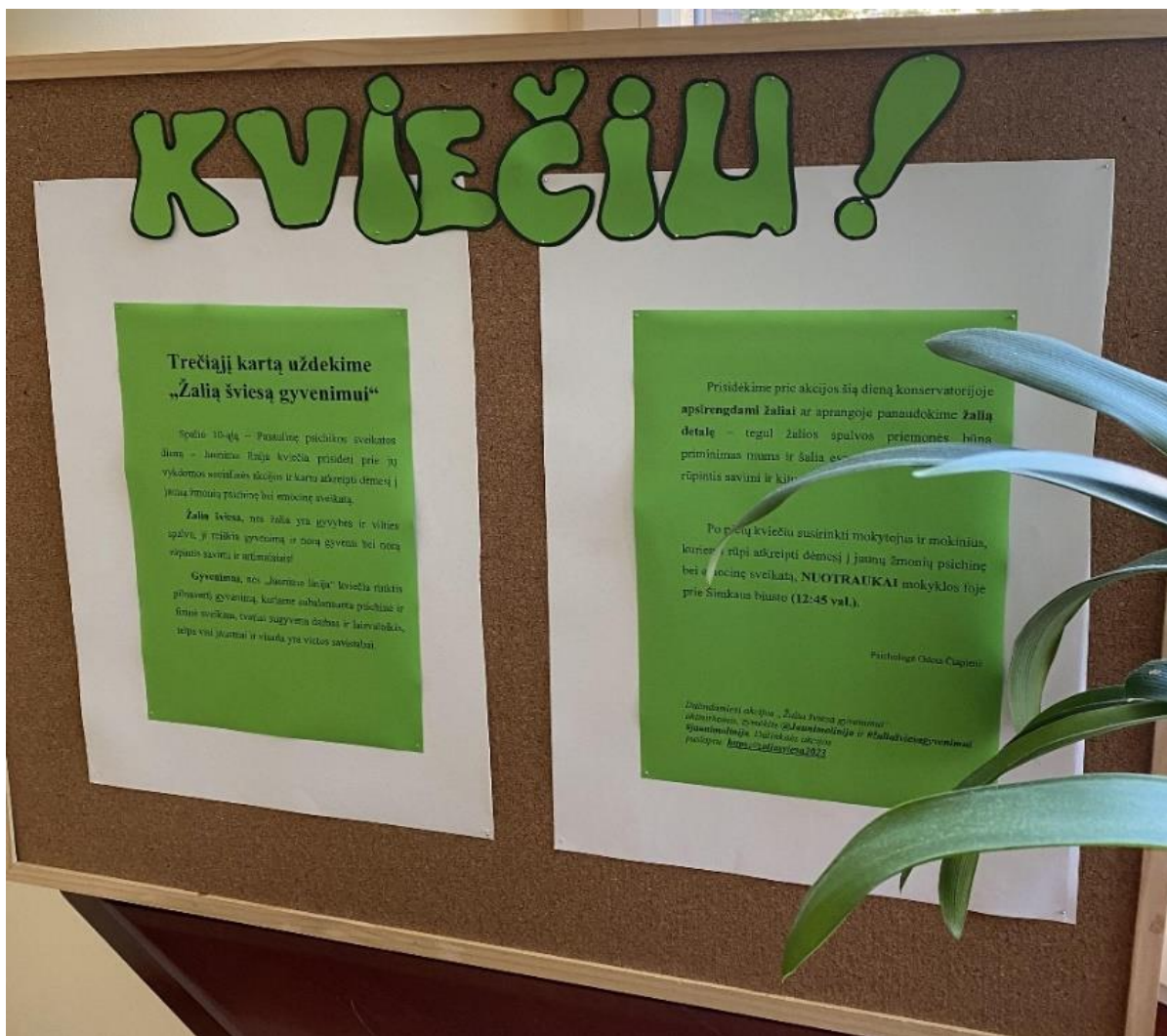


Pavyzdžiui jei Jūsų jaučiama atspindi nemalonumą, įvertintą -3 balais, judate Emometru nuo vidurio į kairę trimis langeliais. Taip pat jei emocijos energijos lygį įvertinote +2, tai reiškia, kad turite nuo pastarojo langelio turite pakilti Emometru dvejais langeliais aukščiau. Taigi, jūsų vertinimai rodo, kad jaučiatės susirūpinęs (-usi).

Taip pat, SEU dieną, mokiniai dalyvavo respublikiniame dainavimo ir fortepijonų konkurse. Nusprendėme atlikti mokinių savijautos tyrimą konkursš metu. Tyrimo aprašymas su išvadomis ir rekomendacijomis pridedamas atskirai (1 Priedas).

2) 2023-10-10 d. Pasaulinės psichinės sveikatos dienos minėjimas.

Psichologė Odeta Čiapienė inicijavo mokyklos bendruomenę prisidėti prie „Jaunimo linijos“ akcijos: „Uždekime žalią šviesą gyvenimui“. Mokyklos bendruomenė buvo kviečiama tą dieną kalbėti apie psichinės sveikatos svarbą ir apsirengti žalios spalvos rūbais, ar akcentu.



5 pav. Stendas su kvietimu bendruomenei, pasaulinei psichinės sveikatos dienai paminėti (2023-10-09).



6 pav. Konservatorijos bendruomenė mini pasaulinę psichinės sveikatos dieną, dalyvauja akcijoje „Uždekime žalią šviesą gyvenimui“.

Bendruomenė reflektavo, kad ši akcija perduoda kvietimą visiems rinktis pilnavertį gyvenimą, kuriame subalansuota psichinė ir fizinė sveikata, tvariai sugyvena darbas ir laisvalaikis, telpa visi jausmai ir visada yra vietos savistabai.

### 3) 2023-11-15 d. bendrystės stiprinimas klasėse per edukacijas.

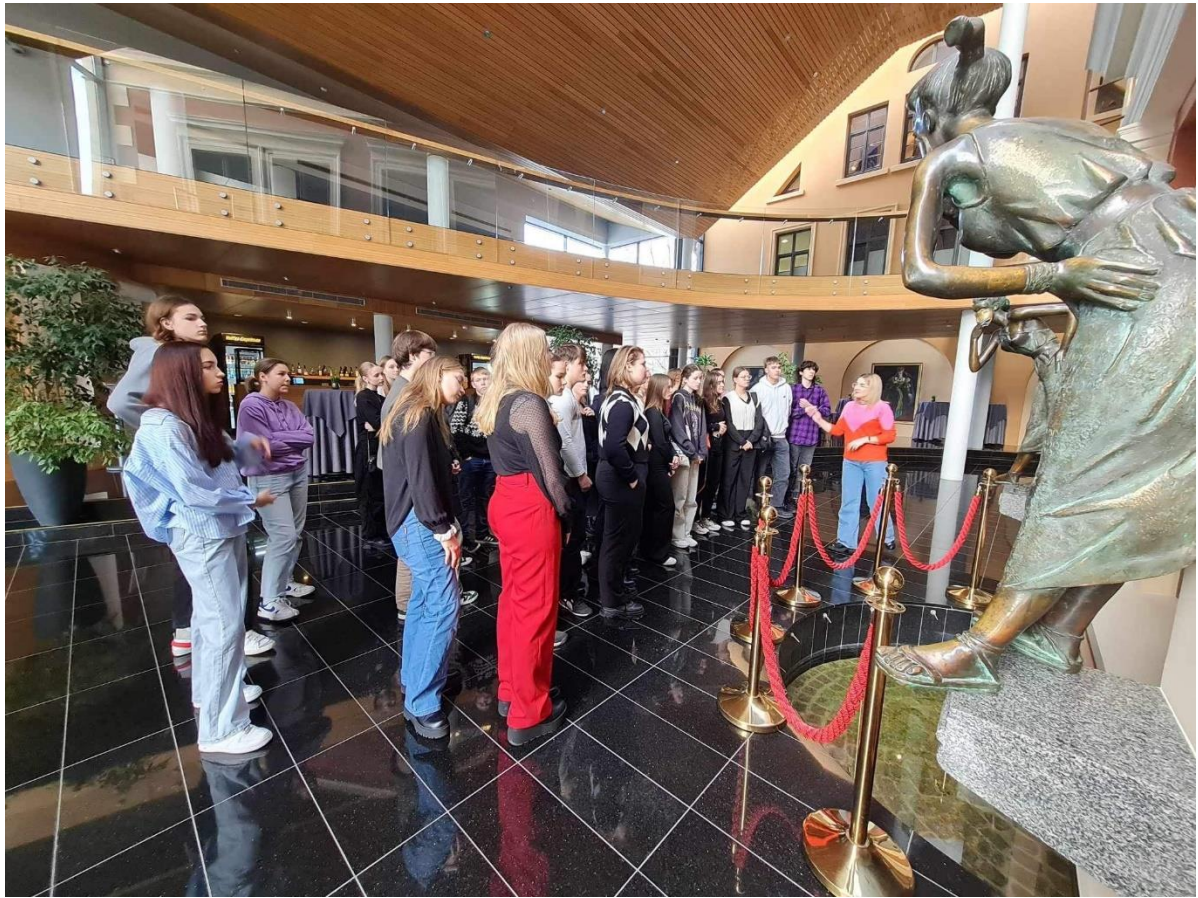
Tą dieną, pamokos nevyko, kad 9 klasės mokiniai vyko į kelias edukacijas su klasės auklėtoja Živile Viliūte.

Pirmoji edukacija vyko Dramos teatre, susipažinta su užkulsiais, vaikščiota po atlikėjams ir administracijai skirtas patalpas, matuotasi sunkiausią kostiumą, susipažinta su teatro istorija. Mokiniai reflektavo ir domėjosi, daugumai patiko, buvo prašymų, jog išsirinkti spektaklį ir kartu pasižiūrėti.

Antroji edukacija vyko Pilies muziejuje, ten mokiniai pasiskirstė į dvi grupes ir su gidžių pagalba susipažino su istoriniais faktais, pamatė daug įdomių eksponatų. Mokiniais labai patiko, turėjo ne vieną klausimą gidėms. Išėję aptarė ką pamatė, kas patiko, o kas ne.

Trečioji veikla vyko Žvejų rūmuose, Mokiniai vyko stebėti spektaklio „Velnio nuotaka“. Emocijų buvo įvairių, kai kuriems buvo pirmas kartas matant miuziklą. Daugumai spektaklis patiko, turėjo nemažai kalbos analizuodami miuziklą, aiškinosi kai kuriuos įdomesnius režisūrinius sprendimus, herojų emocijas.





7 pav. Mokiniai Dramos teatro edukacijose su gide.

Pasibaigus edukacinei dienai su mokiniais vyko refleksija. Mokiniai atsakė į klausimus. Lentelėse pateikiami klausimų rezultatai.

Mokinių buvo klausiama, kaip jie jautėsi prieš visos dienos veiklas. Dauguma atsakė, jog jautėsi ramiai ir pasitikintys savimi. Keletas buvo energingi ir optimistiškai nusiteikę. Keli jautėsi apatiški ir pavargę. Niekas nesijautė išsigandęs, ar nerimastingas.

<i>Jausmai</i>	<i>Mokinių skaičius</i>
Energinga(-s), optimistiškai nusiteikusi(-ęs)	4
Rami(-us), pasitikinti(-s) savimi	14
Išsigandusi(-ęs), nerimastinga(-s)	0
Apatiška(-s), pavargusi(-ęs)	3

Mokinių buvo klausiama, kokias emocijas išgyveno per edukacijas. Daugiausia mokinių išgyveno pasitenkinimą. Kai kurie jautė pasitikėjimą savimi. Neigiamų emocijų daug nebuvo. Vienas mokinyš jautė abejones, kurios paskui išsisklaidė. Vienas mokinyš jautė laisvę ir ramybę.

<i>Jausmai</i>	<i>Mokinių skaičius</i>
Ekstaze (pasitenkinimas)	13
Pasitikintis savimi	6
Laisvė, ramybė	1
Abejones	1

Mokinių klausta, kuri edukacinė veikla labiausiai patiko. Daugiausia mokinių įvardino, kad patiko Dramos teatro edukacijos, bei miuziklas „Velnio nuotaka“.

<i>Edukacijos pavadinimas</i>	<i>Mokinių skaičius</i>
Klaipėdos Dramos teatro edukacija	10
Klaipėdos Pilies edukacija	3
Velnio nuotaka	7

Mokinių klausta, kokius jausmus sukėlė labiausiai patikusi edukacija. Daug mokinių liko sužavėti. Keletas mokinių liko nustebinti, keli jautėsi džiugiai, vienas mokinis tapo ramesnis, vienas jautė dėkingumą. Neigiamų emocijų nebuvo.

<i>Jausmai</i>	<i>Mokinių skaičius</i>
Nustebintas	5
Džiugus	3
Sužavėtas	10
Nurimęs	1
Dėkingas	1

Mokinių klausta, kaip jautėsi dienos pabaigoje. Atsakymų gauta įvairių. Dauguma jautėsi labai gerai panašus skaičius jautėsi tiesiog gerai. Keletas minėjo, kad puikiai ir savimi didžiuojasi. Kažkas pasijautė užvaldytas emocijų.

<i>Jausmai</i>	<i>Mokinių skaičius</i>
Puikiai, savimi didžiuojuos(-i)	3
Labai gerai	9
Gerai	8
Blogai, emocijos užvaldė mane	1

Apibendrinant, mokiniai dalinosi, kad tokios dienos praleistos su klasės auklėtoja ir pažintinėmis edukacijomis jiems labai patinka. Emocijos vyrauja teigiamos, tad mokiniai planuoja organizuoti daugiau tokių edukacijų.



