

## STEP TĖVŲ GRUPĖS MAŽYLIŲ TĖVAMS Riešės bendruomenės namuose Finansuojamos Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo lėšomis

Būti tėvais – pats sunkiausias ir ilgiausiai trunkantis darbas žmogaus gyvenime. Tačiau šiam darbui mūsų neruošia jokios mokyklos ar universitetai. Dėl to, susidūrę su įvairiais auklėjimo iššūkiais, mes dažnai abejojame, ar teisingai elgiamės sudėtingose situacijose, ar elgiamės taip, kaip yra geriausia mūsų vaikams ir santykiams su jais. **STEP tėvų tobulėjimo grupėse tėvai randa atsakymus į daugelį jiems rūpimų klausimų.**

**Todėl, jei ir jūs norėtumėte:**

- † Įgyti daugiau pasitikėjimo savimi, kaip tėvais;
- † Geriau suprasti savo mažylį, vaiką, paauglį;
- † Ugdyti vaiko savivarbą ir stiprinti jo pasitikėjimą savimi;
- † Rasti humanišku ir efektyviu netinkamo elgesio keitimo būdų;
- † Išsaugoti artimą, šiltą santykį su vaiku, kuris metams bėgant tik stiprėja,



**ESATE KVIEČIAMI Į STEP PROGRAMOS UŽSIĖMIMUS,  
kurie prasidės 2019 m. kovo mėn. 9 d. (šeštadienį), 9.00-11.00 val.**

Šioje STEP tėvų grupėje kviečiami dalyvauti 0-5 m. vaikų tėveliai.

Grupės dalyvių skaičius: 10-13 tėvėlių/mamyčių.

Susitikimai vyks **vieną kartą per savaitę (šeštadieniais, 9.00 – 11.00 val., Riešės bendruomenės namuose, Sporto g. 3, Riešėje, Vilniaus r.)**

Kiekvieno susitikimo trukmė – 2 valandos (3 akad. val.).

Iš viso 9 užsiėmimai (**būtina dalyvauti visuose užsiėmimuose**).

Užsiėmimus ves STEP programos vadovė, psichologė Rūta Mickevičienė.

**Dalyvaudami STEP tėvų grupėje, dalyviai mokosi skaitydami STEP Tėvų knygą, dalindamiesi vaiko auklėjimo sėkmėmis bei iššūkiais.**

STEP tėvų grupę vedą profesionalus, mokymus baigęs vadovas.

**Riešės bendruomenė yra PAKA projekto „STEP efektyvios tėvystės įgūdžių ugdymo grupės – šeimų psichologiniam atsparumui didinti“ partneris, dėl to šios STEP tėvų grupės yra finansuojamos Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo lėšomis.**

**Registracija į grupę vyksta iki 2019 m. vasario 28d. (ketvirtadienio).**

Dėl riboto dalyvių skaičiaus, apie pageidavimą dalyvauti grupėje, siūlome pareikšti kuo anksčiau.

**SVARBU: prieš registruojantis įvertinkite ar tikrai galėsite dalyvauti visuose 9 užsiėmimuose.**

**Registracija į grupę:** mickeviciene.ruta@gmail.com (nurodyti vardą, pavardę, vaikų amžių, el. paštą, kontaktinį telefono numerį ir, ar sutinkate, kad registruojant jus į šią grupę, būtų naudojami jūsų pateikiami duomenys).

**Daugiau informacijos apie STEP tėvų grupes ir projektą - svetainėje:** <http://www.stepgrupes.lt/> ir registruojantis.

**Laukiame Jūsų!**



## Plačiau apie STEP programą:

**STEP programa** – tai 9 tėvų grupės susitikimai, kurie vyksta kartą per savaitę. Šiuose užsiėmimuose tėveliai praplečia turimas žinias apie vaikų psichologinę ir socialinę raidą, efektyvius auklėjimo metodus. Tėvai skaito „**STEP tėvų knygą**“ ir su kitais grupės dalyviais diskutuoja apie tai, kaip drąsinti savo vaiką elgtis tinkamai, kaip kalbėtis ir klausytis, kad tėvai ir vaikai jaustųsi išgirsti ir suprasti, mokosi reaguoti į vaikų emocijas, skatinti negiriant, drausminti nebaudžiant, spręsti problemas bendradarbiaujant, o ne konkuruojant.

Atsižvelgiant į vaikų raidos ypatumus ir su šiais ypatumais susijusius iššūkius, yra sukurtos trys STEP programos versijos:

- **STEP 0-5 programa** tėveliams, auginantiems mažylis nuo 0 iki 5 metų amžiaus;
- **STEP 6-12 programa** tėveliams, auginantiems vaikus nuo 6 iki 12 metų amžiaus;
- **STEP 12-17 programa** paauglių tėvams.

**STEP** (angl. Systematic Training for Effective Parenting – Sistemingas efektyvių vaiko auklėjimo įgūdžių lavinimas) – tai pasaulyje populiarus tėvų ugdymo programa. Lietuvoje ji įgyvendinama nuo 2010 m. **Iki šiandien STEP programa yra viena iš nedaugelio, kurios efektyvumas pagrįstas mokslinių tyrimų rezultatais. 2010-2018 m. STEP tėvų grupės sėkmingai baigė apie 3260 tėvelių.** Šiuo laikotarpiu organizuota STEP tėvų grupės veikla Kaune, Vilniuje, Klaipėdoje, Panevėžyje, Šiauliuose, Utenoje, Lazdijuose, Marijampolėje, Kupiškėje, Širvintose, Druskininkuose, Pasvalyje, Raseiniuose, Jonavoje, Kėdainiuose, Rietave, Alytuje ir Elektrėnuose.

**STEP programos** įgyvendinimą, kokybę ir plėtrą užtikrina Pozityvaus auklėjimo konsultantų asociacija (PAKA), kuriai vadovauja **STEP programos atstovė Lietuvoje dr. Jolita Jonynienė.**

## Plačiau apie projektą:

Pozityvaus auklėjimo konsultantų asociacija (PAKA), įgyvendindama Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo finansuojamą projektą „*STEP efektyvios tėvystės įgūdžių ugdymo grupės – šeimų psichologiniam atsparumui didinti*“, siekia stiprinti efektyvios ir atsakingos tėvystės įgūdžius bei drąsinti juos naudoti abipuse pagarba pagrįstus vaiko ugdymo metodus, skiriant ypatingą dėmesį mažesniuose miesteliuose ar didesnių miestų pakraščiuose gyvenantiems tėvams, kūdikio besilaukiančioms šeimoms (mamoms ir jų partneriams/ tėčiams).

2018 m. gruodžio mėn. – 2019 m. lapkričio mėn., projekto įgyvendinimo metu bus suorganizuotos 25 tėvystės įgūdžių tobulinimo grupės pagal STEP programas, kuriose dalyvaus bent 234 dalyviai (tėčiai, mamos): 8 grupės (bent 80 dalyvių) bus skirtos mažyliams iki 5 m. auginantiems tėvams, 6 grupės (bent 60 dalyvių) - 6-12 m. vaikus auginantiems tėvams, 7 grupės (bent 70 dalyvių) – paauglių tėvams ir 4 grupės (bent 20-24 dalyviai) kūdikio besilaukiantiems tėvams.

Pagrindinės projekto veiklos, t. y. STEP tėvystės įgūdžių tobulinimo grupės, skirtos tėvams, auginantiems įvairaus amžiaus vaikus vyks: Riešėje (Vilniaus r.), Pasvalyje, Pagiriuose (Vilniaus r.), Biržuose, Marijampolėje, Žaslių km. (Kaišiadorių r.), Utenoje, Šlienavoje (Kauno r.), Girionyse (Kauno r.), Kluoniškių km. (Zapyškio sen.), Širvintose, Naujoji Vilnia, Garliavoje (Kauno r.), Druskininkuose, Klaipėdoje, Joniškėlyje (Pasvalio r.), Noreikiškėse (Kauno r.).

Įgyvendinant projektą bus bendradarbiaujama su 18 partnerių - minėtų miestelių ar didesnių miestų pakraščio Švietimo pagalbos tarnyba „Pasvalio r. sav. Švietimo pagalbos tarnyba“, bendruomenė „Asociacija Riešės bendruomenė“, VšĮ: „Kartu saldu“ ir ugdymo įstaigomis: Marijampolės sav. Ryto pagrindinė mokykla, Žaslių pagrindinė mokykla, Šlienavos pagrindinė mokykla, Kauno r. Zapyškio pagrindinė mokykla, Vilniaus Barbaros Radvilaitės progimnazija, Pasvalio Petro Vileišio gimnazija, Utenos Dauniškio gimnazija, Jonučių progimnazija, Girionių vaikų darželis, Vilniaus raj. Pagirių vaikų darželis „Pelėdžiukas“, Širvintų Lauryno Stuokos-Gucevičiaus gimnazija, Druskininkų „Saulės“ pagrindinė mokykla, Tauralaukio progimnazija, Pasvalio r. Joniškėlio Gabrielės Petkevičaitės – Bitės gimnazija, Kauno r. Noreikiškių lopšelis – darželis „Ažuolėlis“.

Projekto vadovė, psichologė Rūta Lingytė