

GAZETA RODZINNA

BEZPŁATNY E-MAGAZYN - PRZESTRZEŃ INSPIRACJI DLA RODZICÓW

GAZETA RODZINNA KWIECIEŃ 2025 (4)



BĄDŹ
BEZPIECZNY

Fundacja
POZYTYWNI.PL

GRUPA EDUKACYJNA

HEAVYRAIN

SPIS TREŚCI

- 3** **Od redakcji**
- 4** **Sytuacje zagrażające bezpieczeństwu małych dzieci**
Lista 30 najważniejszych niebezpiecznych sytuacji
- 5** **Niebezpieczne wyzwania z TikToka**
Lista najbardziej znanych akcji
- 7** **O prawach dziecka**
Najważniejsze informacje w pigułce
- 8** **Co dziecko powinno wiedzieć...**
Minimum na temat bezpieczeństwa w internecie i złego dotyku
- 12** **Zaproszenie do posłuchania**
Problemy rozwoju mowy.... dr Anna Walencik-Topiłko
Korepetycje z psychologii rozwojowej cz. 4. Małgorzata Taraszkiewicz
Skąd się biorą (nie)grzeczne dzieci? Anna Blokus-Szkodzińska
- 15** **Karta coachingowa nr 4**
Zasada 3 minut
- 16** **Ćwiczenie regeneracyjne**
Wspólny spacer w poszukiwaniu przebłysków
- Zaproszenie do skorzystania z oferty
Centrum Wsparcia i Rozwoju**
- Zapowiedzi:**
Co będzie w następnych numerach?
I co będzie w Klubie WOW! w maju.



Gazeta Rodzinna ISSN 3071-8414

Wydawca: Grupa HeavyRain & Fundacja Pozytywni.

Redakcja: Małgorzata Taraszkiewicz (redaktor naczelna), Anna Blokus-Szkodzińska, Filo Nalepa, Dorota Jankowiak-Dąbrowska.

Kontakt: Gdynia 81-589, ul. Sojowa 2D/32. Tel. 574 298 848
gazetarodzinnawow@gmail.com www.fundacjapozytywni.org TikTok Instagram

Bezpłatna subskrypcja na 2025 r.

Dodatki do Gazety Rodzinnej

OD REDAKCJI

Witamy Was wszystkich w kwietniowym numerze Gazety Rodzinnej.

Głównym tematem tego numeru jest **bezpieczeństwo dzieci** w różnych aspektach, także w aspekcie prawnym. O bezpieczeństwie na pewno będziemy jeszcze pisać wiele razy, tymczasem w tym numerze przedstawiamy zagadnienia podstawowe, także takie, o których pewno sporo rodziców nie słyszało, czyli o tzw. wyzwaniach na TikToku. Czy je znacie?

Rozwój dziecka rzadko przebiega harmonijnie i bezkolizyjnie.

W poprzednim numerze mieliście Państwo możliwość zapoznania się z Testem 24 ról rodzica - w zasadzie powinna być jeszcze 25 rola. Mamy na myśli rolę diagnosty - osoby, która jest wrażliwa na problemy rozwojowe dziecka i który reaguje na nie zwracając się po pomoc do specjalistów. Problemy wyłapanie wcześniej zawsze poprawiają jakość życia dziecka i są najlepszą profilaktyką niepowodzeń wychowawczych i edukacyjnych.

Dlatego w tym numerze uruchamiamy strefę specjalistów wspierających rozwój dziecka z różnych stron. Pierwszym specjalistą jest dr n. hum. Anna Walencik-Topińko, językoznawca, logopeda, specjalista w zakresie neurologopedii, logorytmiki i emisji głosu.

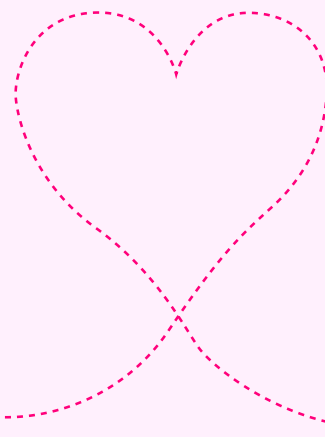
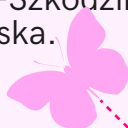
Jak zwykle zapraszamy na kanał YT Gazeta Rodzinna WOW!, gdzie znajdują się wszystkie nagrania webinarów.

Dziękujemy, że stale wzrasta liczba czytelników Gazety Rodzinnej.

Twórzmy razem dobry świat dla dzieci i dla nas wszystkich.

Jesteśmy dla Was!

Małgorzata Taraszkiewicz, Anna Blokus-Szkodzińska,
Filo Nalepa, Dorota Jankowiak-Dąbrowska.



LISTA 30 NAJWAŻNIEJSZYCH SYTUACJI ZAGRAŻAJĄCYCH BEZPIECZEŃSTWU MAŁYCH DZIECI

A. Zagrożenia w domu:

1. Dostęp do środków chemicznych (np. detergenty, wybielacze)
2. Niezabezpieczone gniazdka elektryczne
3. Otwarte okna i balkony bez zabezpieczeń
4. Małe przedmioty - ryzyko zadławienia (np. monety, baterie)
5. Gorące płyny i urządzenia (czajnik, żelazko, piekarnik)
6. Niezabezpieczone schody
7. Zwierzęta domowe pozostawione bez nadzoru z dzieckiem
8. Nieodpowiednie meble - ryzyko przewrócenia się (regały, telewizory)
9. Dostęp do leków lub alkoholu
10. Zapałki, zapalniczki i świece w zasięgu małego dziecka

B. Zagrożenia na zewnątrz / w przestrzeni publicznej

1. Przechodzenie przez ulicę bez nadzoru
2. Zabawa w pobliżu ruchliwej drogi
3. Plac zabaw z uszkodzonym sprzętem
4. Nieznane osoby oferujące „pomoc”, prezenty lub zaproszenia
5. Przebywanie w tłumie (ryzyko zagubienia się)
6. Wchodzenie do nieznanymi pojazdów
7. Przebywanie w miejscach nieoświetlonych po zmroku
8. Kontakt z agresywnymi zwierzętami na wolności
9. Błąkanie się bez opieki po galerii handlowej, sklepie, parku
10. Zabawki i sprzęt sportowy bez odpowiedniego nadzoru

C. Zagrożenia emocjonalne i psychiczne

1. Przemoc domowa lub bycie jej świadkiem
2. Krzyk, ośmieszanie, zawstydzanie przez dorosłych
3. Zaniedbanie emocjonalne - brak uwagi i reakcji ze strony opiekunów
4. Zbyt duże obciążenie obowiązkami lub oczekiwaniami
5. Porzucenie - dostowne lub emocjonalne
6. Bycie świadkiem konfliktów i rozstań rodziców
7. Zbyt wczesny dostęp do treści nieodpowiednich (np. brutalne filmy, pornografia)

D. Zagrożenia cyfrowe i medialne

1. Kontakt z nieznanymi w sieci (cyber-grooming)
2. Ujawnianie prywatnych danych w internecie
3. Udział w niebezpiecznych „wyzwaniach” online (np. tzw. challenge na TikToku - zobacz str. 5)

NIEBEZPIECZNE WYZWANIA Z TIKTOKA Z OSTATNICH LAT

Specjalnie na prośbę rodziców zrobiliśmy zestawienie niebezpiecznych wyzwań, które pojawiły się na TikToku w ostatnich latach, wraz z opisem ich potencjalnych zagrożeń:

1. Blackout Challenge (Wyzwanie Utraty Przytomności)

Uczestnicy próbują doprowadzić się do utraty przytomności poprzez odcięcie dopływu tlenu, co może prowadzić do poważnych uszkodzeń mózgu, a nawet śmierci.

2. Benadryl Challenge

Polega na zażywaniu dużych dawek leku przeciwhistaminowego (difenhydraminy) w celu wywołania halucynacji. Przedawkowanie może prowadzić do poważnych problemów zdrowotnych, w tym zatrzymania akcji serca.

3. Skullbreaker Challenge (Wyzwanie Łamacza Czaszek)

Dwie osoby namawiają trzecią do skoku w górę, po czym podcinają jej nogi, powodując upadek na plecy lub głowę. Może to skutkować poważnymi urazami, takimi jak złamania czy wstrząśnienia mózgu.

4. Angel of Death Challenge

Uczestnicy wybiegają nagle przed nadjeżdżające pojazdy, ryzykując własne życie. Wyzwanie to doprowadziło do wielu wypadków, w tym śmiertelnych.

5. Fire Challenge (Wyzwanie Ognia)

Osoby polewają swoje ciało łatwopalnymi substancjami i podpalają je, co prowadzi do poważnych poparzeń i trwałych uszkodzeń ciała.

6. Chroming

Polega na wdychaniu oparów chemikaliów, takich jak aerozole czy rozpuszczalniki, w celu osiągnięcia krótkotrwałego odurzenia. Może to prowadzić do uszkodzeń mózgu, serca oraz śmierci.

7. Door-Kicking Challenge (Wyzwanie Kopania w Drzwi)

Uczestnicy kopią w drzwi przypadkowych domów lub firm, nagrywając swoje działania. Może to prowadzić do uszkodzeń mienia, konfrontacji z właścicielami oraz konsekwencji prawnych.

8. French Scar Challenge

Wyzwanie polega na szczypaniu własnych policzków w celu pozostawienia trwałych śladów lub siniaków, co może prowadzić do uszkodzeń skóry i infekcji.

NIEBEZPIECZNE WYZWANIA Z TIKTOKA Z OSTATNICH LAT

9. Paracetamol Challenge

Uczestnicy spożywają duże ilości paracetamolu, co może prowadzić do poważnych uszkodzeń wątroby, a nawet śmierci.

10. 690452 (Heaven or Hell Number)

Użytkownicy piszą na nadgarstku numer "690452" przed snem, wierząc, że przeniesie ich to w snach do alternatywnej rzeczywistości. Choć brzmi niewinnie, promuje to irracjonalne myślenie i może wpływać na zdrowie psychiczne.

11. Noworoczny Trend Samobójczy

Filmy z datą np. "01.01.2025" sugerujące masowe samobójstwa wśród młodzieży, co budzi poważne obawy o bezpieczeństwo psychiczne nastolatków.

Zalecenia dla rodziców i opiekunów:

- Monitorowanie aktywności w sieci: regularnie sprawdzaj, jakie treści przegląda Twoje dziecko i w jakich wyzwaniach bierze udział.
- Edukacja na temat zagrożeń: rozmawiaj z dziećmi o potencjalnych niebezpieczeństwach związanych z internetowymi wyzwaniami i ucz je krytycznego myślenia.
- Ustalanie zasad korzystania z mediów społecznościowych: określ, jakie treści są akceptowalne, a jakie nie, oraz jakie są konsekwencje nieprzestrzegania tych zasad.
- Zachęcanie do otwartej komunikacji: buduj zaufanie, aby dzieci czuły się bezpiecznie, dzieląc się z Tobą swoimi doświadczeniami i obawami związanymi z aktywnością online.

Pamiętaj, że oczywiście nie wszystkie wyzwania w mediach społecznościowych są niebezpieczne, ale ważne jest, aby być świadomym potencjalnych zagrożeń i aktywnie chronić młodych użytkowników przed szkodliwymi treściami i ich skutkami.

Prawa dziecka w Konstytucji RP

Rzeczpospolita Polska zapewnia ochronę praw dziecka. Każdy ma prawo żądać od organów władzy publicznej ochrony dziecka przed przemocą, okrucieństwem, wyzyskiem i demoralizacją. Dziecko pozbawione opieki rodzicielskiej ma prawo do opieki i pomocy władz publicznych.

O PRAWACH DZIECKA W PIGUŁCE

Łamanie praw dziecka przybiera różne formy, niektóre z nich są łatwe do rozpoznania, inne pozostają długo ukryte:

- Wykorzystywanie dzieci do pracy - zmuszanie do ciężkich prac fizycznych
- Naruszanie prawa do edukacji - uniemożliwienie uczęszczania do szkoły
- Zaniedbanie - brak opieki medycznej, niedożywienie, brak higieny
- Przemoc fizyczna - bicie, szarpanie, popychanie
- Przemoc psychiczna - wyzwiska, zastraszanie, izolacja
- Molestowanie dzieci - wykorzystywanie seksualne, niewłaściwy dotyk

Naruszenie praw dziecka w formie wykorzystywania seksualnego podlega karze od 3 do 15 lat więzienia. Dodatkowo sprawca trafia do rejestru przestępców seksualnych.

Sąd może orzec też zakaz wykonywania zawodu związanego z opieką nad dziećmi.

Znęcanie się nad dzieckiem jest przestępstwem zagrożonym karą do 5 lat pozbawienia wolności.

W przypadkach szczególnie drastycznych wymiar kary może wzrosnąć do 10 lat.

Sąd może również orzec zakaz zbliżania się do ofiary.

Dziecko w każdym wieku może zgłosić naruszenie swoich praw, dzwoniąc na

bezpłatny telefon zaufania

116 111

800 120 226

Konsultanci zapewniają anonimowość oraz pomagają w podjęciu odpowiednich kroków prawnych.

Standardy ochrony małoletnich (zwane inaczej standardami ochrony dzieci) to zbiór zasad, które stawiają ochronę dziecka w centrum działań i wartości organizacji i tym samym pomagają tworzyć bezpieczne, wolne od przemocy i przyjazne środowisko we wszystkich podmiotach działających na rzecz dzieci. Zgodnie z Ustawą z dnia 28 lipca 2023r. o zmianie ustawy – Kodeks rodzinny i opiekuńczy oraz niektórych innych ustaw organy zarządzające takimi placówkami, jak i organizatorzy tego rodzaju działalności mają obowiązek wdrożyć standardy dostosowane do charakteru i rodzaju podmiotu lub prowadzonej działalności.

Standardy powinny być opracowane w każdej placówce i dostępne dla rodziców i uczniów.

Więcej na temat standardów - będziemy mówić na webinarze majowym.

Co dziecko powinno wiedzieć...



NA TEMAT BEZPIECZEŃSTWA W INTERNECIE

Mów dziecku: internet jest jak wielkie miasto – można tam znaleźć dużo ciekawych rzeczy, ale trzeba uważać, z kim się rozmawia i co się pokazuje. Nie każdy w internecie mówi prawdę – czasem ktoś udaje kogoś innego. Tak jak nie otwierasz drzwi obcym, tak samo nie powinno się klikać w dziwne linki ani podawać swojego imienia, adresu czy szkoły. Nie wszystko, co widzisz, jest dobre albo prawdziwe – czasem to specjalnie tak zrobione, żeby cię oszukać.

Jeśli coś cię przestraszy, albo niepokoi, od razu powiedz dorosłemu – to nigdy nie twoja wina! Internet może być super miejscem, ale tylko wtedy, gdy korzystasz z niego mądrze i ostrożnie.

NA TEMAT ZŁEGO DOTYKU

Powiedz dziecku: Twoje ciało należy tylko do ciebie i masz prawo powiedzieć „nie”, jeśli ktoś cię dotyka w sposób, który sprawia, że czujesz się źle, nieswojo albo boisz się. Jest taki dotyk, który jest dobry – jak przytulenie, czy poklepanie po plecach, kiedy jesteś smutny. Ale jest też taki dotyk, który jest zły, bo ktoś chce dotknąć miejsc, które są prywatne. Prywatne części ciała to te, które zakrywa bielizna – i nikt, nawet znajomy dorosły, nie powinien ich dotykać ani oglądać. Jeśli ktoś każe ci coś takiego robić, albo mówi, żebyś nikomu nie mówił, to wcale nie jest tajemnica – to jest krzywda.

Masz prawo powiedzieć o tym dorosłemu, któremu ufasz – i zawsze będziesz miał w tym wsparcie. Nawet jeśli się boisz, nawet jeśli ktoś powiedział, że nie wolno – zawsze możesz powiedzieć i to nie będzie twoja wina.

Dzieci nie tylko muszą wiedzieć, co to jest zły dotyk, ponadto rodzice powinni z nimi przećwiczyć jak reagować w takich sytuacjach.

Dzięki temu, w razie potrzeby, ich reakcje będą bardziej automatyczne i odważne. Kilka przykładów jak można skutecznie przećwiczyć z dzieckiem reagowanie w takich sytuacjach:

1. Zabawa w role (symulacje): odegrajcie scenki (oczywiście w przyjaznej, nieprzerażającej formie), np.: wyobraźmy sobie, że ktoś kładzie ci rękę na kolanie i mówi „niech to będzie nasza tajemnica”.

Co możesz wtedy zrobić?”

Dziecko ćwiczy powiedzenie „NIE!” głośno i stanowczo, odsunięcie się, ucieczkę i powiedzenie o tym zaufanemu dorosłemu

2. Trening „3 kroków” - naucz dziecko prostego schematu:

1. Powiedz „NIE” (nawet głośno)
2. Odejdź jak najszybciej
3. Powiedz zaufanemu dorosłemu

3. Kod alarmowy

Ustalcie specjalne słowo-kod, które dziecko może powiedzieć przez telefon, gdy będzie czuło się źle, zagrożone lub niepewnie, np. „czy nakarmiłaś już kotka?”, co znaczy: przyjedź natychmiast po mnie i odbierz mnie ze szkoły, z treningu, z miejsca, gdzie jestem, itd.

Musisz wiedzieć, że samo mówienie o tym, jak się dziecko ma zachować w trudnej sytuacji - może być niewystarczające.

Trzeba przećwiczyć z dzieckiem właściwe zachowania - wytworzyć automatyczny nawyk.

W stresie dziecko może nie mieć mocy wydobyć z siebie głosu, a nawet się poruszyć, nie mówiąc o bieganiu i ucieczce.

Kiedy dziecko wie jak ma się zachować w niebezpiecznej sytuacji - nie tylko unika potencjalnego zagrożenia, ale ponadto wzmacnia własne kompetencje w zakresie samoobrony, poczucie własnej wartości, asertywność.

Nie należy kreować obrazu świata pełnego zagrożeń i niebezpieczeństw - ale powinno się uczyć dziecko jak może sobie radzić w niemal każdej niebezpiecznej sytuacji.





Czasami dziecku nie chodzi o to,
aby jego potrzeba została
natychmiast zaspokojona
- tylko, żeby została zauważona.

W wielu sytuacjach, w których
dziecko się czegoś domaga,
samo nazwanie tego wystarcza.

Jeżeli potrzeba zostanie zauważona,
to wtedy zostanie zaspokojona
potrzeba relacji i zrozumienia.

Jesper Juul

GAZETA RODZINNA

Uwaga! Odpowiadając na Państwa pytania:

Czy Gazetę Rodzinną można wstawiać na strony www przedszkola, szkoły czy biblioteki?

Tak! Tak! Tak!

Gazeta jest do bezpłatnego pobrania przez rodziców, rodziny i wszystkich zainteresowanych...



Fundacja
POZYTYWNI.PL

GRUPA EDUKACYJNA
HEAVYRAIN

FORUM EKSPERTÓW. PRZEDSTAWIAMY: NAJCZĘSTSZE PROBLEMY ROZWOJOWE MOWY U DZIECI

1. Opóźniony Rozwój Mowy (ORM)

Objawy: Dziecko mówi bardzo mało, nie używa zdań lub zaczyna mówić później niż rówieśnicy.

W domu: Często do niego mów, czytaj książki, zadawaj pytania otwarte. Unikaj „zgadywania”, co dziecko chce – zachęcaj do werbalnego wyrażania potrzeb.

Specjalista: Jeśli 2-letnie dziecko nie mówi prostych słów (np. mama, daj, nie), warto zgłosić się do logopedy.

2. Zaburzenia Artykulacji (np. seplenienie)

Objawy: Dziecko zamienia głoski („s” na „ś”), mówi niewyraźnie, „zjada” końcówki.

W domu: Ćwicz z nim buzię i język jak zabawę – „całuski”, „mieszanie zupy językiem”, dmuchanie na piórko.

Specjalista: Gdy dziecko po 5. roku życia nadal nie wymawia niektórych głosek – warto podjąć terapię.

3. Brak mowy – alalia / afazja dziecięca

Objawy: Dziecko praktycznie nie mówi lub mówi bardzo chaotycznie, nie rozumie prostych poleceń.

W domu: Buduj komunikację gestami, obrazkami, spokojnie powtarzaj słowa. Nie złość się – to nie jego wina.

Specjalista: Wymagana jest kompleksowa diagnoza – logopeda, neurologopeda, neurolog.

4. Jąkanie

Objawy: Dziecko powtarza sylaby, zawiesza się, stresuje się przy mówieniu.

W domu: Słuchaj uważnie, nie poprawiaj, nie kończ za dziecko.

Mów wolniej, spokojnie.

Specjalista: Im szybciej rozpoczęta terapia (np. metoda opóźnionej mowy), tym lepsze efekty.

5. Mutyzm wybiórczy

Objawy: Dziecko mówi swobodnie tylko w domu, ale milczy np. w przedszkolu.

W domu: Nie zmuszaj, nie naciskaj. Daj poczucie bezpieczeństwa, wspieraj w małych krokach.

Specjalista: Pomoc psychologa dziecięcego z doświadczeniem w pracy z mutyzmem.

FORUM EKSPERTÓW

NAJCZĘSTSZE PROBLEMY ROZWOJOWE MOWY

6. Zaburzenia przetwarzania słuchowego (CAPD)

Objawy: Dziecko słyszy, ale nie rozumie, gdy ktoś mówi szybko lub w tle jest hałas.

W domu: Patrz na dziecko, gdy mówisz. Używaj prostych, jasnych poleceń.

Specjalista: Audiolog lub neurologopeda przeprowadzi diagnozę i zaleci ćwiczenia słuchowe

7. Trudności z budowaniem wypowiedzi

Objawy: Dziecko mówi pojedynczymi słowami, wypowiedzi są nielogiczne, bez struktur gramatycznych.

W domu: Opowiadaj razem bajki, zadawaj pytania typu „co dalej?“, „dlaczego?“.

Specjalista: Terapia logopedyczna lub pedagogiczna może wesprzeć rozwój językowy.

8. Seplenienie (sygmatyzm)

Objawy: Głoski „s“, „z“, „c“, „dz“ są wymawiane jak „ś“, „ź“, „ć“, „dź“ lub z językiem między zębami.

W domu: Zabawy w dmuchanie (np. słomką), obserwacja ust przed lustrem.

Specjalista: Logopeda nauczy prawidłowego ułożenia języka.

9. Nosowanie (mowa nosowa)

Objawy: Dziecko brzmi jakby „mówiło przez nos“, szczególnie przy głoskach „m“, „n“, „b“, „p“.

W domu: Obserwuj, czy dziecko oddycha przez nos. Zachęcaj do zamykania ust przy oddychaniu.

Specjalista: Konsultacja laryngologiczna (migdałki, przegroda nosowa), logopeda.

10. Opóźnienie funkcji poznawczych wpływających na mowę

Objawy: Dziecko ma trudności z zapamiętywaniem słów, pojęć, nie nadąża za rówieśnikami w rozmowie.

W domu: Proste gry słowne, układanie historyjek, nazywanie codziennych czynności.

Specjalista: Diagnoza psychologiczna (np. w poradni psychologiczno-pedagogicznej).

MASZ CHWILĘ ?

POSŁUCHAJ NAS - KLIKNIJ W EKRAN

GAZETA RODZINNA KWIECIEŃ 2025 (4)

GAZETA RODZINNA NR 04/2025



DR ANNA WALENCIK-TOPIŁKO
NEUROLOGOPEDA. SPECJALISTKA W ZAKRESIE
DIAGNOZY I TERAPII KOMUNIKACJI JĘZYKOWEJ



PROBLEMY W ROZWOJU MOWY. ROLA WCZESNEJ DIAGNOZY I TERAPII

Fundacja
POZYTYWNI.PL

GRUPA EDUKACYJNA
HEAVYRAIN

I zapraszamy na nasz kanał YouTube, gdzie znajdziesz więcej filmów!

Dr Anna Walencik-Topiłko
rozpoczyna spotkania
z ekspertami
w Strefie Specjalistów Gazety
Rodzinnej.

Jeżeli macie Państwo pytania
do specjalistów
- piszcie do nas
gazetarodzinnowow@gmail.com

MASZ CHWILĘ?
POSŁUCHAJ NAS - KLIKNIJ W EKRAN

GAZETA RODZINNA NR 04/2025



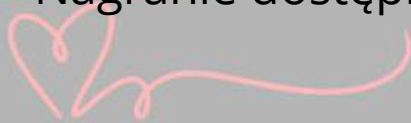
MAŁGORZATA TARASZKIEWICZ
PSYCHOLOG

WYCHOWANI POPRZECZ WSTYD I POCZUCIE WINY

KOREPETYCJE
Z PSYCHOLOGII
ROZWOJOWEJ
DLA RODZICÓW

4

Nagranie dostępne na kanale YT Gazeta Rodzinna WOW



Fundacja
POZYTYWNI.PL

GRUPA EDUKACYJNA
HEAVYRAIN

zapraszamy na nasz kanał YouTube, gdzie znajdziesz więcej filmów!

GAZETA RODZINNA NR 04/2025

ANNA BLOKUS- SZKODZIŃSKA OPOWIADA...



SKĄD SIĘ BIORĄ (NIE)GRZĘCZNE DZIECI?



Fundacja
POZYTYWNI.PL

GRUPA EDUKACYJNA
HEAVYRAIN

Coaching dla rodziców

Karta nr 4: ZASADA 3 MINUT

Czy 3 minuty na pełny kontakt to dużo?

Kiedy spotykasz się z dzieckiem (po pracy, po szkole) podarujcie sobie pełne 3 minuty: na przytulenie, na poklepanie po plecach, na fajnie, że już jesteśmy razem...



ĆWICZENIE REGENERUJĄCE

SPACER

W POSZUKIWANIU PRZEBŁYSKÓW (GLIMMERS-ÓW)



1. idź na spacer i poszukaj przebłysków
2. może to będzie pierwszy motyl,
albo wystający niepewnie z ziemi fiołek
3. popatrz na pierwsze liście drzew na tle
błękitnego nieba
4. nie zapomnij zabrać ze sobą dziecka!

KORZYŚCI:

Przebłyski to niewielkie momenty, w których nasza organizm znajduje się w stanie połączenia lub regulacji, co daje naszemu układowi nerwowemu poczucie bezpieczeństwa lub spokoju.

Być może masz w domu ulubiony przedmiot, który przywołuje dobre wspomnienia lub zauważasz sposób, w jaki słońce wpada przez kuchenne okno.

Termin „przebłyski” (glimmers) został stworzony przez Deb Danę, która jest członkiem-założycielem Polyvagal Institute i licencjonowanym klinicznym pracownikiem socjalnym specjalizującym się w złożonych traumach.

ZROZUM MNIE.

Rozwój dziecka w wieku od 5 do 10 lat.



Nie jestem PROJEKTEM ani rodzica, ani nauczyciela.
Mam własny POTENCJAŁ i BIOSTRUKTURY (dane od natury),
które powodują, że JESTEM taki, jaki jestem.
Mam także własne PROBLEMY ROZWOJOWE...
Nie mogę zachowywać się jak TY, bo jestem SOBĄ.
Pomóż mi, jeśli umiesz...

**KAŻDY ZAKUPIONY EGZEMPLARZ
TO ŻŁOTÓWKA PRZEKAZANA NA TELEFON ZAUFANIA
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY
116111**

Fundacja Pozytywni

DLA PRZEDSZKOLI, SZKÓŁ I RODZICÓW

FORMA

Konferencje dla rodziców

Doskonalenia kompetencji rodziców dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym. Realizowane online; 2- 4 godziny.

Konferencje dla nauczycieli

Doskonalenie kompetencji nauczycieli przedszkoli i szkół. Realizowane online; czas do uzgodnienia.

Konsultacje dla rodziców

Wzmacnianie kompetencji wychowawczych i umiejętności działania w sytuacjach trudnych (np. rozwód rodziców).
Diagnozy dzieci.
Realizowane przez Centrum Wsparcia i Rozwoju Pozytywni.

Nowość!

Realizowane stacjonarnie lub online.

TEMATYKA/ZAKRES

1. Niezbędnik rodzica: jak lepiej rozumieć dziecko i jego potrzeby. Podstawy psychologii rozwojowej dla rodziców. Profilaktyka trudności szkolnych.
2. Niezbędnik rodzica: Jak zadbać o bezpieczeństwo dziecka w życiu, w sieci, w przedszkolu czy szkole? Standardy ochrony dzieci. Dobre praktyki.

Dla rodziców - materiały edukacyjne w pdf.

1. Neuroedukacja i profilaktyka trudności szkolnych. Jak uczyć uczniów uczenia się? Diagnoza stylu uczenia się uczniów i co dalej?
2. Bezpiecznie w szkole. Przemoc rówieśnicza. Procedury bezpieczeństwa. Sytuacje kryzysowe. Budowanie bezpiecznego klimatu w klasie. Współpraca z rodzicami i służbami.

Dla nauczycieli - materiały edukacyjne w pdf.

1. Akademia Rodzica (zobacz str. 20).
2. Akademia Ojca
3. Wsparcie pedagogiczne, psychologiczne.
4. Konsultacje ze specjalistami: seksuolog dziecięcy, prawnik, doradca rodzinny.
5. Diagnoza logopedyczna.
6. Diagnoza dziecka w kierunku FAS/FASD.
7. Diagnoza w kierunku autyzmu ADOS-2.

Specjalne warsztaty dla kobiet - nauczycielek ze szkół i przedszkoli: asertywność oraz moc i odporność psychiczna - wzmocnienie zdrowia psychicznego.

Jeśli chcesz zamówić konsultację ze specjalistą lub zapisać się do określonej grupy - [wypełnij formularz](#)
Oddzwonimy, porozmawiamy o szczegółach, dopasujemy czas i formułę spotkania.

Jeśli chcesz zamówić szkolenie, warsztaty, konferencję tematyczną dla rodziców lub nauczycieli szkół i przedszkoli - napisz do nas: fundacjapozytywni@gmail.com
Oddzwonimy, porozmawiamy o programie i wybierzemy dogodny termin konferencji czy warsztatów.

Centrum Wsparcia i Rozwoju Pozytywni

ZAPRASZA DO AKADEMII RODZICA

Akademia Rodzica to kurs wzmacniania kompetencji rodzicielskich



Fundacja POZYTYWNI.PL
Centrum Wsparcia i Rozwoju Pozytywni

KURS Akademii Rodzica
Kurs kompetencji rodzicielskich

- Komunikacja personalna
- Asertywność
- Motywacja
- Inteligencja emocjonalna
- Współpraca



CYKL 5 indywidualnych spotkań z Doradcą Rodzinnym / Pedagogiem mgr Anną Blokusz-Szkodzińską

www.fundacjapozytywni.org fundacjapozytywni@gmail.com
Dorota Jankowiak-Dąbrowska Dyrektor Marketingu Fundacji Pozytywni tel. 574298848

Dobry kurs dla rodziców!
zapraszamy!

Program kursu dopasujemy do indywidualnych potrzeb konkretnej rodziny.

Na wzmacnianie kompetencji rodzicielskich nigdy nie jest za późno!

Jeśli chcesz lepiej zrozumieć swoje dzieci, zminimalizować ryzyko popełniania błędów wychowawczych i wzmocnić rodzinne więzi - ten kurs jest dla Ciebie!
Rodzicu, jeśli czujesz się bezradny i sfrustrowany w kontakcie ze swoim dzieckiem - ten kurs jest dla Ciebie!

Jeśli jako rodzice jesteście w konflikcie, w sytuacji okołorozwodowej, nie możecie uzgodnić jednolitych oddziaływań wychowawczych - ten kurs jest dla Was!

Kurs prowadzi Anna Blokusz-Szkodzińska doświadczona pedagog, doradca rodzinny, wieloletnia dyrektor autorskiej placówki przedszkolnej i mama szóstki dzieci.

Kurs składa się z 5 spotkań z doradcą rodzinnym, stacjonarnie lub online. Dodatkowo rodzice pozostający w konflikcie mogą skorzystać ze spotkania medacyjnego po zakończeniu kursu.

➔ Jeśli chcesz wziąć udział w tym kursie - w pierwszym kroku wypełnij formularz rejestracyjny: <https://forms.gle/dX4Mmdxh6gYXt275A>
Oddzwonimy i umówimy się na dogodny termin.

Centrum Wsparcia i Rozwoju to miejsce, gdzie każdy członek rodziny może znaleźć niezbędną pomoc i wsparcie w różnorodnych obszarach życia.

Nasz interdyscyplinarny zespół specjalistów z pasją angażuje się w edukację i tworzenie interesujących inicjatyw społecznych. Oferujemy szeroki wachlarz usług, w tym wsparcie psychologiczne, pedagogiczne, logopedyczne oraz seksuologiczne. Organizujemy również zajęcia grupowe, takie jak Trening Umiejętności Społecznych, Akademia Rodzica, Akademia Kobiety i Akademia Ojca, które są doskonałą okazją do nauki i wymiany doświadczeń. Ponadto, zapewniamy doradztwo i konsultacje rodzinne, mediacje oraz diagnostykę specjalistyczną.

Naszą misją jest wspieranie rozwoju i dobrostanu każdej rodziny, przyczyniając się tym samym do budowania silniejszej i bardziej zintegrowanej społeczności.

W KOLEJNYCH NUMERACH

O BUDOWANIU
POCZUCIA WŁASNEJ
WARTOŚCI
U DZIECI



ZŁOTE MINUTY
ZŁOTE GODZINY
ZŁOTE OKRESY
W
WYCHOWANIU
DZIECI

PRZEWODNIK
DLA RODZICÓW

DYSLEKSJA
DYSGRAFIA
DYSKAKULIA
DYSORTOGRAFIA
DYSPRAKSJA

GAZETA RODZINNA

BEZPŁATNY E-MAGAZYN - PRZESTRZEŃ INSPIRACJI DLA RODZICÓW

GAZETA RODZINNA KWIECIEŃ 2025 (4)

WOW

#zdrowie_psychiczne

#edukacja_rodziców

#pomoc_rodzicom

#inspiracje

#sztuka_wychowania

stop_przemocy

#uspokoić_chaos

#ratujemy_świat

#WeOneWorld

Fundacja
POZYTYWNI.PL

GRUPA EDUKACYJNA

HEAVYRAIN

Zapraszamy do e-klubu WOW! Czwartki pełne inspiracji!

W maju będziemy mówić:

O ochronie dziecka w prawie
i standardach ochrony małoletnich

O tym, kto jest na scenie
przemocy wg Dana Olweusa

Daty i godziny będą podane na
FB grupa Gazeta Rodzinna WOW!
FB strona Gazeta Rodzinna

Jeśli chcesz otrzymać bezpłatną prenumeratę
Gazety Rodzinnej na rok 2025
- prosimy wypełnij formularz

GAZETA RODZINNA

Uwaga! Odpowiadając na Państwa pytania:

Czy Gazetę Rodzinną można wstawiać na strony www
przedszkola, szkoły czy biblioteki?

Tak! Tak! Tak!

Gazeta jest do bezpłatnego pobrania przez rodziców,
rodziny i wszystkich zainteresowanych...



Fundacja
POZYTYWNI.PL

GRUPA EDUKACYJNA
HEAVYRAIN