



**Kocham
Dbam
Chronię**



**RODZINA
NA TAK!**



Gdzie wykorzystać?

**NA SZKOLNYCH WARSZTATACH
NA FESTYNACH I PIKNIKACH**

**DLA UCZNIÓW, RODZICÓW
NAUCZYCIELI, OPIEKUNÓW**

RODZINA JAKO PODSTAWOWA KOMÓRKA SPOŁECZNA

Rodzina to pierwsza znana dziecku wspólnota. Niezależnie od tego, czy za tym pojęciem kryje się samotny rodzic z jednym dzieckiem, czy rodzina wielodzietna, właśnie ta grupa społeczna stanowi dla dziecka bazę do przyszłych relacji. Młody człowiek uczy się w niej, jak funkcjonować w relacjach z innymi oraz jaką wartość mogą stanowić dla niego kontakty społeczne. Jednocześnie nabywa kompetencje konieczne do ich poszerzania, niezbędne do dalszego prawidłowego rozwoju.

BUDOWANIE WARTOŚCIOWYCH RELACJI

Rodzina, jako grupa ludzi, podlega nie tylko wewnętrznym przemianom, ale też oddziaływaniom czynników zewnętrznych. Budowanie relacji rodzinnych jest zatem procesem zależnym od wielu bodźców: rozwojowych przemian członków rodziny, ich różnic indywidualnych oraz oddziaływań spoza tego kręgu. Nic dziwnego zatem, że stworzenie i podtrzymanie wartościowych, pozytywnych relacji jest nie lada wyzwaniem dla rodziny. Dlatego bardzo ważne jest, aby wspierać zarówno dzieci, jak i rodziców w rozwoju kompetencji komunikacyjnych i w budowie wzajemnych więzi.

EMOCJE - WARTOŚĆ CZY OBCIĄŻENIE?

Bardzo dużą rolę w funkcjonowaniu zarówno rodziny, jak i jej poszczególnych członków odgrywają emocje. Między innymi od wychowania i wzorca rodzinnego zależy, jak dorastający człowiek poradzi sobie z emocjami oraz czy będą one dla niego stanowiły pozytywną wartość czy też obciążenie. Z tego powodu warto wspierać dzieci w coraz lepszym rozumieniu i regulowaniu własnych uczuć, a rodziców w lepszym zrozumieniu i wspieraniu emocji dzieci. Od jakości rozwoju kompetencji regulacji emocji zależy pewna część funkcjonowania młodego człowieka, zarówno w czasie dzieciństwa, jak i później, w dorosłym życiu.

POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI JAKO CZYNNIK CHRONIĄCY

Innym, ważnym dla obecnego i dalszego funkcjonowania bodźcem jest także poczucie własnej wartości. Jest to zresztą czynnik, który także nie jest oderwany od tematu emocji, wychowania i rodzinnych relacji. Rodzice (lub inny znaczący opiekunowie) pełnią ważną rolę w jego budowaniu. Od ich akceptacji oraz przewodnictwa w dość dużej mierze zależy, jaki dziecko wykształci stosunek wobec siebie: czy będzie to postawa pełna szacunku, czułości, akceptacji i dbałości, czy też zabarwiona trudnymi emocjami dysfunkcyjna relacja.

GLÓWNE CELE:

1. Ćwiczenie sposobów umiejętnego komunikowania trudności i problemów w środowisku rodzinnym oraz pozarodzinnym.
2. Wskazanie uczniom roli rodzica i zaufanego dorosłego jako osoby, z którą warto dzielić się swoimi problemami.
3. Zrozumienie roli i funkcji emocji w naszym życiu oraz ich wpływu na relacje rodzinne i pozarodzinne.
4. Dostrzeżenie wartości trudnych emocji: jak sprawić, aby nie stanowiły obciążenia.
5. Zrozumienie, jak wraz z rozwojem i dojrzewaniem zmieniają się potrzeby dziecka w zakresie relacji i komunikacji oraz konsekwencje, jakie z tego wynikają. Wzmocnienie kompetencji komunikowania własnych potrzeb i oczekiwań.
6. Edukacja rodziców w zakresie budowania poczucia własnej wartości u dziecka.
7. Edukacja rodziców w zakresie zmian rozwojowych u dzieci oraz ich wpływu na relacje i więzi rodzinne.

UCZNIOWIE

1



2



1. *Warto zaufać rodzicom* – karta pracy dla uczniów klas 1-4 szkoły podstawowej
2. *Jak rozmawiać o problemach?* – karta pracy dla uczniów klas 5-8 szkoły podstawowej

Celem materiałów jest wskazanie uczniom, że swoimi problemami warto dzielić się z rodzicami lub innymi znaczącymi dorosłymi. Materiał nakierowuje na to, jak rozpoznać zaufanego dorosłego oraz jakie cechy powinien mieć dorosły, do którego chcemy zwrócić się o pomoc. Korzystając z materiału uczeń dowie się także, jak można komunikować swoje trudności i problemy innym ludziom. Treści dostosowane są do wieku dziecka.

UCZNIOWIE

3



4



3. *Świat emocji* – karta pracy dla uczniów klas 1-4 szkoły podstawowej
4. *W pułapce emocji* – karta pracy dla uczniów klas 5-8 szkoły podstawowej

W materiale uczniowie znajdują opis funkcji i roli emocji. Dowiedzą się, jak wpływają one na nasze postępowanie i relacje – kiedy pomagają, a kiedy przeszkadzają. Zdobędą wiedzę, jak sobie z nimi radzić, aby nie wpływały negatywnie na relacje w rodzinie i rówieśnicze. Materiał ma też uświadomić uczniom, że istnieje możliwość regulacji trudnych uczuć (takich jak: smutek, złość, strach) oraz podpowiedzieć, co zrobić, aby emocje obciążające stały się wartościowymi. Treści dostosowane są do wieku dziecka.

UCZNIOWIE

5



6



5. *Jaka jestem? Jaki jestem?* – karta pracy dla uczniów klas 1-4 szkoły podstawowej
6. *Akceptuję samego siebie* – karta pracy dla uczniów klas 5-8 szkoły podstawowej

W materiale uczniowie znajdują krótką, dostosowaną do wieku, charakterystykę zmian związanych z dojrzewaniem. Opis tego, jak zmieniają się potrzeby dziecka w zakresie relacji i komunikacji oraz konsekwencje, jakie z tego wynikają. Uczniowie dowiedzą się, że zachodzące zmiany są naturalne i nie trzeba się ich bać. Zostaną również podkreślone wartości wynikające z tych zmian. Materiał wzmacnia kompetencje komunikowania własnych potrzeb i oczekiwań oraz rozwija umiejętności komunikacyjne w rodzinie.

RODZICE
OPIEKUNIEWIE

7



8



7. *Jak budować poczucie własnej wartości u dziecka?* – broszura profilaktyczno-edukacyjna dla rodziców
8. *Towarzyszyć w dorastaniu. Jak tworzyć wartościowe relacje z dzieckiem?* – broszura profilaktyczno-edukacyjna dla rodziców

W materiale znajdziemy odpowiedzi na pytania: *Co składa się na poczucie własnej wartości u człowieka? Kiedy i jak zaczyna się ono rozwijać u dziecka? Jakim czynnikiem podlega ten rozwój? Jaka jest rola rodzica w tym procesie? Jak rodzice mogą wspierać jego rozwój u dziecka?*

8. *Towarzyszyć w dorastaniu. Jak tworzyć wartościowe relacje z dzieckiem?* – broszura profilaktyczno-edukacyjna dla rodziców

W materiale znajdziemy informacje dotyczące zmian rozwojowych u dzieci: dlaczego na niektórych etapach jest nam łatwiej, a na innych trudniej? Jak nie stracić z oczu dziecka, które przechodzi przez kolejne przemiany? Co leży pod spodem trudnych zachowań w tym okresie i czemu one służą? Jak nawiązywać kontakt z dzieckiem w różnych etapach rozwojowych?

NAUCZYCIELE
MATERIAŁY PROMOCYJNE

9



10



11



9. Scenariusz do kart pracy dla nauczycieli

Co znajdziemy w materiale? 6 scenariuszy zajęć odnoszących się tematycznie do kart pracy dla uczniów.

10. Baner z hasłem *Rodzina na TAK!* – 100 cm x 200 cm, do wywieszenia na scenie, płocie, jako tło.
11. Daszek przeciwstoseczny z hasłem *Rodzina na TAK!*
12. *Zadziwiam siebie, gdy siebie poznaję* – plakat edukacyjny
13. *Problem? Warto prosić o pomoc* – plakat edukacyjny
14. Zestaw balonów z hasłem *Rodzina na TAK!*
15. Filmy edukacyjne (dostępne on-line na stronie trzezwymysl.pl do końca października 2024)
 - *Rysunkowo to i owo* - ok. 5 minutowy filmik przybliżający uczniom zagadnienia poruszane w materiałach
 - *Przyjazny psycholog* - ok. 10 minutowy filmik nagrany przez Martynę Filipiak - psychologkę dziecięcą.
16. Certyfikat dla samorządu

AUTORKA TREŚCI EDUKACYJNYCH

Martyna Filipiak - ukończyła psychologię na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Od kilku lat wspiera dzieci, rodziców i pedagogów we wspólnych wyzwaniach. Szerzy wiedzę na temat rozwoju i wychowania dziecka w mediach oraz na swoim blogu mama-psycholog.pl. W pracy inspirowa się ideami rodzicielstwa bliskości, self-regulation (regulacji stresu i emocji) i NVC (porozumienie bez przemocy).

Rodzina na TAK! - FORMULARZ ZAMÓWIENIA

Lp.	Nazwa materiału	Caty pakiet zawiera:	Pół pakietu zawiera:	Cena brutto za szt.	Zamawiam sztuk: (wpisz liczbę sztuk)	Razem za wybrane sztuki:
1.	<i>Warto zaufać rodzicom</i> – karta pracy dla uczniów klas 1-4 SP (format A4 składny do A5)	300	150	1,70 zł		
2.	<i>Jak rozmawiać o problemach?</i> – karta pracy dla uczniów klas 5-8 SP (format A4 składny do A5)	300	150	1,70 zł		
3.	<i>Świat emocji</i> – karta pracy dla uczniów klas 1-4 SP (format A4 składny do A5)	300	150	1,70 zł		
4.	<i>W pułapce emocji</i> – karta pracy dla uczniów klas 5-8 SP (format A4 składny do A5)	300	150	1,70 zł		
5.	<i>Jaka jestem? Jaki jestem?</i> – karta pracy dla uczniów klas 1-4 SP (format A4 składny do A5)	300	150	1,70 zł		
6.	<i>Akceptuję samego siebie</i> – karta pracy dla uczniów klas 5-8 szkoły podstawowej (format A4 składny do A5)	300	150	1,70 zł		
7.	<i>Jak budować poczucie własnej wartości u dziecka?</i> – broszura profilaktyczno-edukacyjna dla rodziców (format A5, 12 stron)	80	40	8,00 zł		
8.	<i>Towarzyszyć w dorastaniu. Jak tworzyć wartościowe relacje z dzieckiem?</i> - broszura profilaktyczno-edukacyjna dla rodziców (format A5, 12 stron)	80	40	8,00 zł		
9.	Scenariusz zajęć dla nauczycieli (A4, 16 stron)	8	4	25,00 zł		
10.	Baner z hasłem „Rodzina na TAK!” (100 cm na 200 cm)	1	1	299,00 zł		
11.	Tekturowy daszek przeciwsłoneczny z hasłem „Rodzina na TAK!”	40	20	3,00 zł		
12.	<i>Zadziwiam siebie, gdy siebie poznaję</i> – plakat edukacyjny dla uczniów	8	4	5,90 zł		
13.	<i>Problem? Warto prosić o pomoc</i> – plakat edukacyjny dla uczniów	8	4	5,90 zł		
14.	Zestaw balonów z hasłem „Rodzina na TAK!” i „Zachowaj Trzeźwy Umysł”	40	20	3,99 zł		
15.	<i>Rysunkowo to i owo</i> - ok. 5 minutowy film dla uczniów dostępny on-line do października 2024	on-line	on-line	gratis		
16.	<i>Przyjazny psycholog</i> - ok. 10 minutowy film dla uczniów dostępny on-line do października 2024.	on-line	on-line	gratis		
17.	Certyfikat dla samorządu	1	1	-		
	RAZEM	3690 zł brutto	1845 zł brutto			

ZAMAWIAJĄCY:.....

Kwota zamawianych materiałów:.....+ 30 zł brutto kosztów przesyłki (przesyłka gratis od 1000 zł)

Fakturę wystawić na: (Nabywca, odbiorca):

Wysyłka materiałów:

.....

.....

.....

.....

.....

Osoba do kontaktu:

Numer telefonu:

E-mail:

Wyrażam zgodę na otrzymywanie na podany na formularzu adres e-mail informacji dotyczących produktów SPiDR w rozumieniu ustawy z dnia 18.07.2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną (tj. Dz.U. .2013 poz 1422). Wyrażenie zgody jest dobrowolne i mogę je odwołać w każdym czasie.

**ZAMÓWIENIE PRZEŚLIJ FAKSEM, MAILEM, POCZTĄ LUB ZAMÓW W SKLEPIE INTERNETOWYM: WWW.ULOTKIPROFILAKTYCZNE.PL
**FAKS: 61 855 33 83 E-MAIL: ULOTKIPROFILAKTYCZNE@GMAIL.COM
 POCZTA: SPiDR, UL. GROCHOWSKA 45A, 60-277 POZNAŃ
 OSOBA DO KONTAKTU: TOMASZ BEDNAREK KOM.: 501 187 460 LUB
 TEL. STACJONARNY: 61 855 33 81****

WYDAWCA:
 Stowarzyszenie Producentów i Dziennikarzy Radiowych w Poznaniu, ul. Grochowska 45a, 60-277 Poznań. SPiDR zarejestrowano w Sądzie Rejonowym w Poznaniu • VIII Wydział Gospodarczy KRS pod nr 0000150767 • REGON 639838688 NIP 782-21-84-952