

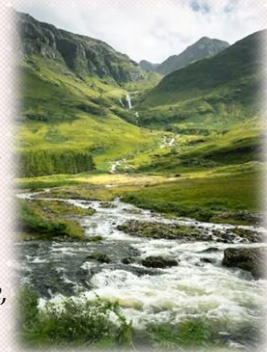
Drodzy Czytelnicy!

**Lato, lato, lato czeka. Razem z latem czeka rzeka.
Razem z rzeką czeka las, a tam ciagle nie ma nas...**

I dla wielu z nas słowa powyższej piosenki stały się rzeczywistością. Mamy plany co do tego, jak spędzić ten wakacyjny, urlopowy czas. Jedni z nas chcą się nacieszyć morzem i plażą, drudzy pięknymi górskimi widokami, potokami i wędrówkami po górach. Wakacje to czas, na który najbardziej wyczekują dzieci. Nie wszyscy jednak będą mieć możliwość wyjazdu z miejsca zamieszkania i spędzą wakacje w mieście, a ich radość i kreatywność w różnorodnych zabawach słyszane będą na każdym placu zabaw i na podwórkach osiedlowych. Dziecięcy gwar powoduje, że marzymy o zostawieniu za sobą trudów minionych miesięcy, złapania oddechu, regeneracji organizmu, o wypoczynku i nabraniu zdrowego dystansu do wielu spraw dnia codziennego.

Dla nas wszystkich pracowników bardzo ważnym wydarzeniem jest **10 rocznica powstania naszego Stowarzyszenia „DLA RODZINY”**. Ten okres bardzo szybko minął, ale był to czas wielorakich działań dla naszych najmłodszych, ale również dla wszystkich rodzin będących objętym naszym wsparciem. Zapewne nie byłoby to możliwe gdyby nie zaangażowanie wszystkich osób i ich ukryte talenty, których efekty mogliśmy podziwiać w dniu 07.07.2023 r. w auli Uniwersytetu Jana Długosza podczas widowiska artystycznego "Chce się być" (ale o tym już w kolejnym numerze).

Z letnim pozdrowieniem, Jolanta Ujma, Członek Zarządu Stowarzyszenia



Ruszył nabór wniosków o wsparcie z programu "Dobry start 300 plus"

"Dobry Start" to **300 zł jednorazowego wsparcia dla uczniów rozpoczynających rok szkolny**. Świadczenie przysługuje raz w roku na dziecko uczące się w szkole, do ukończenia przez nie 20 roku życia. Na dziecko niepełnosprawne - do ukończenia 24 roku życia. Wsparcie nie obejmuje dzieci uczęszczających do przedszkola, dzieci realizujących roczne przygotowanie przedszkolne (w tzw. zerówce) oraz studentów. Wnioski o świadczenie dobry start można składać do ZUS tylko drogą elektroniczną **od 1 lipca do 30 listopada** przez Portal informacyjno-usługowy Emp@tia na stronie <https://empatia.mpips.gov.pl/>, przez bankowość elektroniczną lub portal PUE ZUS. Złożenie wniosku w lipcu lub sierpniu gwarantuje wypłatę świadczenia nie później niż do 30 września. Rodziny zastępcze do wniosku **dołączają zaświadczenie** wydane przez organizatora rodzinnej pieczy zastępczej!



Bezpłatne porady prawne

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom naszych Podopiecznych, prowadzimy bezpłatne poradnictwo prawne. Na konsultacje z prawnikiem zapraszamy w każdą środę w godz. 12-14.00

UWAGA RODZICE! 1 lipca minął termin składania wniosków o świadczenie z programu "Rodzina 500 plus" - co gwarantowało otrzymanie świadczenia z wyrównaniem za trzy miesiące: kwiecień, maj i czerwiec.

Co będzie, jeśli złożymy wniosek po 1 lipca br.? W takiej sytuacji otrzymamy świadczenie od tego miesiąca, w którym złożyliśmy wniosek. Jeśli zrobimy to do 10 dnia danego miesiąca – pieniądze otrzymamy w tym samym miesiącu. Jeśli później – zostaną nam wypłacone do końca następnego miesiąca, z wyrównaniem za miesiąc w którym złożyliśmy wniosek.

WSPARCIE PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNE

W ZWIĄZKU Z WPROWADZONYM STANEM ZAGROŻENIA EPIDEMICZNEGO (COVID-19)

CZĘSTOCHOWSKIE CENTRUM WSPARCIA RODZINY

OFERUJE

TELEFONICZNE WSPARCIE SPECJALISTYCZNE
(PSYCHOLOGICZNE I PEDAGOGICZNE).

OFERTA SKIEROWANA JEST DO OSÓB ZNAJDUJĄCYCH SIĘ W KRZYZYSIE EMOCJONALNYM, POTRZEBUJĄCYCH WSPARCIA CZY PORADY.

ZAPRASZAMY:
502 985 101

**Halo! Rodzic zastępczy
w potrzebie!**



Konsultacje
dla rodzin zastępczych:
530 503 739

Na okres wakacji
dyżury Miejskiej Rady
Rodziców Zastępczych
są zawieszane.

Wydarzyło się...

czyli miniony kwartał w telegraficznym skrócie

KWIECIEŃ

- 03.04 (do 15.05).**- Szkolenia dla kandydatów na rodziny zastępcze niezawodowe i zawodowe
08.04. - Śniadanie Wielkanocne (Fundacja Adullam)
24.04. - Zespół multiprofesjonalny w ramach projektu "Rodzina, razem możemy więcej"
24.04. - Szkolenie: "Czy menadżerka domu może stać się menadżerką projektów?" (Związek Dużych Rodzin Trzy Plus Koło Częstochowa)
27.04. - Konferencja „SPOŁECZNIE ŚLĄSKIE - WŁĄCZ SIĘ! w stronę niezależnego życia" - w Muzeum Śląskim w Katowicach. Pani Lidia była panelistką w części dotyczącej deinstytucjonalizacji.

MAJ

- 15.05.** - Międzynarodowy Dzień Rodzin. Udział w akcji "Dwie godziny dla Rodziny"
17.05. - Szkolenie dla pracowników: "Czynniki ryzyka wystąpienia krzywdzenia dzieci"
20.05. - Festyn "Rodzina to My" (Żłobek Miejski Reksio)
25.05. - Inauguracja XV Częstochowskich Dni Rodziny (Urząd Miasta Częstochowy)
26.05. - Dzień Matki
26.05. - Promocja rodzicielstwa zastępczego w mieście - w ramach obchodów Częstochowskich Dni Rodziny
26.05. - Piknik w Miejskim Przedszkolu nr 21 w Częstochowie
26.05. - Szkolenie dla mam i kobiet w ciąży: "Trening opieki nad niemowlęciem i reakcji matki na odruchy przywiązaniowe dziecka"
28.05. - Międzynarodowa wystawa psów rasowych w Jastrzębiu.
29.05.- Zespół multiprofesjonalny w ramach projektu "Rodzina, razem możemy więcej"
29.05. - Zespół kwalifikacyjny kandydatów do pełnienia funkcji rodzin zastępczych niezawodowych i zawodowych
29.05. - Szkolenie dla rodzin zastępczych: "Porozmawiajmy o rodzinie. Jak być rodzicem, jakim zawsze chciałeś być?"
30.05.- Dzień Rodzicielstwa Zastępczego, spotkanie w Urzędzie Miasta
30.05. - Audycja Radiowa w Radiu Jasna Góra

CZERWIEC

- 01.06.**- Dzień Dziecka
03.06. - Piknik rodzinny w stadninie koni "Pegaz"
04.06.- Radosny Dzień Dziecka (Zbiornik Wodociągów)
06.06. - Szkolenie dla rodzin zastępczych: "Moje dziecko i ja - jak dbanie o zdrowie psychiczne wpływa na relacje z dzieckiem. Waga pielęgnowania w życiu pozytywnych emocji"
05.06. - Spotkanie sieciujące w Regionalnym Centrum Wsparcia Pieczy Zastępczej w Katowicach "Usamodzielnienie wychowanków pieczy zastępczej- rozwiązania systemowe związane z realizacją IPU i zapewnieniem mieszkania osobom usamodzielnianym"
07.06. - Dzień Elektryka. Piknik w Zespole Szkół Mechaniczno-Elektrycznych w Częstochowie.
13.06. - Zajęcia kreatywne w ramach Częstochowskich Dni Rodziny
20-21.06.- 15. Ogólnopolska Konferencja "Ostrożnie - dziecko! Profilaktyka krzywdzenia małych dzieci" (Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę)
23.06. - Dzień Ojca
18.06. - Piknik Podmiotów Ekonomii Społecznej.
21.06. - Zakończenie obchodów Częstochowskich Dni Rodziny w Urzędzie Miasta. Rozdanie nagród konkursie "Rodzina".
26.06. - Szkolenie z zakresu psychiatrii dziecięcej prowadzone przez psychiatrę dziecięcą z Gdyni - panią dr Agatą Cichoń-Chojnącką
28.06. - Zespół multiprofesjonalny w ramach projektu "Rodzina, razem możemy więcej"

Zajęcia cykliczne:

- Dogoterapia
- Zajęcia wzmacniania więzi dla rodzin biologicznych
- Grupy wsparcia w ramach projektu pn. "Rodzina, razem możemy więcej"
- Zajęcia kreatywne

KALENDARZ nadchodzących wydarzeń

LIPIEC

- 01.07.** - Dziesiąta rocznica powstania Częstochowskiego Centrum Wsparcia Rodziny
07.07. - Widowisko artystyczne "Chce się być"

SIERPIEŃ

- 06-15.08.** - Wakacyjny wyjazd dzieci z rodzin zastępczych nad morze (Kuratorium Oświaty)

Piknik Sąsiedzki "Przystanek Warta" (Fundacja Adullam)

WRZESIEŃ

- 01.09.**- rozpoczęcie roku szkolnego
Finał Akcji Plecak

Planowane zajęcia cykliczne:

- Dogoterapia
- Szkolenia dla kandydatów do pełnienia funkcji rodzin zastępczych

Sezon piknikowy

Małgorzata Major, pracownik socjalny

Wiosna i lato to czas licznych pikników, w których nasze Stowarzyszenie chętnie bierze udział. W dniu 12.05.2023 r. przy ul. Sportowej w Częstochowie rozpoczęliśmy od animacji w Żłobku Miejskim „Reksio”, gdzie nasi pracownicy uczyli najmłodszych skręcania balonów. Nasza kreatywność w tym zakresie poszybowała na wyżyny. Powinniśmy opatentować większość prototypów :-). No bo kto inny potrafi skręcić z balonów ośmiornicę, jelenia lub dinozaura?... Wyobraźnia dzieci w nazywaniu tych stworków również jest nieodczarna. Baloniki balonikami, ale konie policyjne i radiowóz to były elementy, które cieszyły się największym powodzeniem wśród maluchów.



W ramach współpracy wyjazdowej nasze koleżanki opalały przedramiona, malując buźki na wystawie psów rasowych organizowanych przez Stowarzyszenie „Canis and Catus” w Jastrzębiu koło Poraja w dniu 28.05.2023. Wtedy nasze koleżanki przekonały się, że obsługa maszyny do waty cukrowej również leży w ramach ich możliwości :-).

Mało nam było koni w żłobku, więc w dniu 03.06.2023r. z tym samym balonikowym repertuarem udaliśmy się do stadniny Pegaz. A tam, na obrzeżach miasta było już bardzo westernowo. Przejazdki konno i bryczką, konkurs łuczniczy i rywalizacja sportowa. Wszystkie te atrakcje w ładnych okolicznościach przyrody, okraszone poczęstunkiem i napojami, pozwoliły spędzić sobotę w miły i urozmaicony sposób.

Największy piknik, zorganizowany na terenie wodociągów na Kucelinie w dniu 04.06 2023 r., wymagał zaangażowania wszystkich naszych pracowników. Oprócz sztandarowych baloników i malowania buziek było również stanowisko, gdzie panie dbały o fryzurki i pazurki najmłodszych. A obok ktoś inny robił brokatowe tatuaże. Były również zawody wędkarskie, dmuchańce, skakańce, duże gry planszowe, tory przeszkód, biegi przełajowe. Chętni mogli obejrzeć wielkie motocykle i choppersy oraz samochody terenowe. Chłopców i ich tatusiów trudno było odciągnąć od tych silnikowych potworów. Jak to na pikniku, było również pożywienie dostosowane do atmosfery: wata cukrowa, popcorn, lody, słodycze – wszystko za darmo dzięki wsparciu finansowemu wielu sponsorów.



W ramach współpracy z partnerstwem „Stare Miasto, Nowe Życie” z naszym sztandarowym repertuarem malowania buziek i skręcania balonów pojechaliśmy pomagać również na piknikach organizowanych w Miejskim Przedszkolu 21 na ul. Przemysłowej w dn. 26.05.2023 r. oraz w Zespole Szkół Mechaniczno-Elektrycznych przy ul. Targowej w dniu 07.06.2023.



Źródło: Facebook Krzysztof Matyjaszyk

Jak na razie, sezon piknikowy zakończyliśmy udziałem w Pikniku Podmiotów Ekonomii Społecznej organizowanych w Alejach w dniu 18.06.2023. Na naszym stoisku nr 1 promowaliśmy ideę rodzicielstwa zastępczego. Zainteresowani mogli porozmawiać z przedstawicielami Stowarzyszenia, otrzymać ulotki informacyjne i biuletyny promujące działania naszej organizacji.

Radosna i rodzinna atmosfera spotkań bardzo nas cieszy i integruje nasze działania oraz współpracę z naszymi rodzinami i ich dziećmi. Jak się wszystko dobrze ułoży, to spotkamy się znów w wiosenne oraz letnie weekendy w następnym roku.

Obchody Częstochowskich Dni Rodziny

Adam Wrocki, koordynator rodzinnej pieczy zastępczej

Stowarzyszenie już po raz kolejny raz przystąpiło do obchodów XV Częstochowskich Dni Rodziny. Zajęcia plastyczne czy trening opieki nad niemowlęciem – to tylko niektóre z działań, które prowadziliśmy w maju i czerwcu. Szczególnie te pierwsze cieszyły się dużym zainteresowaniem dzieci, które z zapałem wykonywały m. in. prace konkursowe. Tegoroczny tytuł konkursu brzmiał "Rodzina" i został ogłoszony podczas inauguracji Dni Rodziny.



Ciekawym doświadczeniem dla młodych matek bądź kobiet, które dopiero przygotowują się do macierzyństwa, był trening opieki nad niemowlęciem i reakcji matki na odruchy przywiązaniowe. Treningowe lalki o wdzięcznych imionach: Noemi, Luna i Dyzio pozwoliły wczuć się naszym wychowankom w rolę matek i prawidłowo reagować na ich potrzeby.



Dzień Rodzicielstwa Zastępczego i spotkanie z udziałem rodzin zastępczych w Urzędzie Miasta Częstochowy – stało się już naszą tradycją. Tradycja ta została zwieńczona spotkaniem z panem prezydentem Krzysztofem Matyjaszczykiem, który uhonorował dyplomami nasze rodziny, wkładające całe swoje serce w wychowanie dzieci pokrzywdzonych przez los.

To jednak nie był koniec spotkań z Panem Prezydentem.

Podczas uroczystego zakończenia Częstochowskich Dni Rodziny, odbywającego się na Sali Sesyjnej Urzędu Miasta, Gospodarz miasta wręczył osobiście nagrody przygotowane przez Stowarzyszenie dla laureatów wspomnianego wcześniej konkursu. Po minach dzieciaków widać było, że frajdę sprawił im nie tylko uścisk ręki pana prezydenta, ale i upominki, na które zdecydowanie zasłużyli.



Usamodzielnienie... i co dalej?

Kamil Pietrasiak, koordynator rodzinnej pieczy zastępczej



Osoby usamodzielniane, to zgodnie z zapisami ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej, to te osoby, które po osiągnięciu pełnoletności opuszczają pieczę zastępczą (np. rodzinę zastępczą, rodzinny dom dziecka, placówkę opiekuńczo-wychowawczą). Celem procesu usamodzielnienia jest integracja wychowanków ze środowiskiem, przygotowanie do samodzielnego życia, pełnienia różnych samodzielnich ról społecznych.

Proces usamodzielnienia odzwierciedlany w dokumentacji, rozpoczyna się najpóźniej na rok przed osiągnięciem pełnoletności przez wychowanka pieczy zastępczej, kiedy to wybiera opiekuna usamodzielnienia i sporządza odpowiednie oświadczenie.

Zgodnie z ustawą, co najmniej miesiąc przed osiągnięciem pełnoletności wychowanek pieczy zastępczej wspólnie z opiekunem usamodzielnienia sporządza Indywidualny Program Usamodzielnienia. Zarówno ten dokument, jak i wybór opiekuna usamodzielnienia, musi zostać zaakceptowany przez



Dyrektora Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Częstochowie (w przypadku wychowanków pochodzących z terenu miasta Częstochowy). W praktyce ww. formularze są sporządzane przy pomocy pracownika Częstochowskiego Centrum Wsparcia Rodziny (koordynatora rodzinnej pieczy zastępczej lub pracownika socjalnego).

Usamodzielniani wychowankowie pieczy zastępczej mogą liczyć m.in. na pomoc pieniężną (na kontynuowanie nauki – do 25 roku życia, usamodzielnienie i zagospodarowanie- do 26 roku życia). Usamodzielniani mogą także uzyskać wsparcie w uzyskaniu odpowiednich warunków mieszkaniowych. Pracownicy Częstochowskiego Centrum Wsparcia Rodziny wystawiają usamodzielnianym wychowankom odpowiednie zaświadczenia, które są załącznikiem do wniosku o najem mieszkania. Jeśli usamodzielniany wychowanek posiada możliwości samodzielnego utrzymania lokalu, istotnym jest, aby wniosek o przydział mieszkania złożyć jeszcze podczas pobytu w pieczy zastępczej. Od 01.02.2023r., po nowelizacji ustawy, zrezygnowano z kryterium dochodowego w wysokości 1200 zł obowiązującego przy przyznawaniu pomocy na usamodzielnienie oraz pomocy na zagospodarowanie osobom usamodzielnianym. Zmiana przepisów zdecydowanie ułatwia spełnienie warunków do przyznania wspomnianej pomocy. Ważne aby przyznawana pomoc była wykorzystana zgodnie z przeznaczeniem np. na podniesienie kwalifikacji czy na poprawę warunków mieszkaniowych.

Aktualne wysokości pomocy reguluje Obwieszczenie Ministra Rodziny i Polityki Społecznej z dnia 27 marca 2023 roku w sprawie wysokości kwot świadczeń przysługujących rodzinie zastępczej i prowadzącemu rodzinny dom dziecka oraz wysokości pomocy dla osoby usamodzielnianej. Należy zaznaczyć, że wysokość pomocy na usamodzielnienie jest zależna od czasu pobytu wychowanka w pieczy zastępczej oraz od formy samej pieczy.

Zmiany w wysokości świadczeń od 1 czerwca 2023

Zgodnie z obwieszczeniem ministra rodziny i polityki społecznej z 27 marca 2023 r. w sprawie wysokości kwot świadczeń przysługujących rodzinie zastępczej i prowadzącemu rodzinny dom dziecka oraz wysokości pomocy dla osoby usamodzielnianej (M.P. poz. 296 i 422), od dn. **01.06.2023 r.** wysokość świadczeń wynosi:

- Świadczenie na pokrycie kosztów utrzymania dziecka w rodzinie zastępczej spokrewnionej wzrosło z 746 zł do **899 zł**.
- W przypadku rodziny zastępczej zawodowej, niezawodowej oraz rodzinnego domu dziecka – świadczenie na pokrycie kosztów utrzymania dziecka wzrosło z 1131 zł do **1361 zł**.
- Dodatek do świadczenia na pokrycie zwiększonych kosztów utrzymania dziecka – wrósł z 227 zł do **274 zł**.
- Pomoc finansowa na kontynuowanie nauki dla usamodzielnionych wychowanków – wzrosła z 595 zł do **681 zł**.
- Pomoc na usamodzielnienie. Jego wysokość jest uzależniona od tego, w jakiej formie pieczy przebywała dana osoba i przez jaki okres. Świadczenie osoby, która minimum trzy lata była umieszczona w rodzinie zastępczej spokrewnionej, wzrosło z 3730 zł do **4486 zł**. Osoba, która opuszcza inny typ rodziny zastępczej, rodzinny dom dziecka lub placówkę opiekuńczo-wychowawczą, w których przebywała dłużej niż trzy lata, otrzyma **8968 zł** (do tej pory 7458 zł).
- Pomoc na zagospodarowanie – wzrosła z **1695 zł do 2039** (kwota podstawowa) oraz z 3390 zł do **4077 zł** (dla osób z umiarkowaną lub znaczną niepełnosprawnością).



Kącik specjalistyczny: Dbanie o dziecko oznacza dbanie o swoje zdrowie psychiczne: waga pielęgnowania w życiu przyjemnych emocji.

Agata Michałowska, psycholog

Gdy rozmawia się o „dobrym rodzicielstwie”, zwykle uwaga skoncentrowana jest na metodach wspierania rozwoju dziecka, odczytywania komunikatów, jakie dziecko wysyła, rozwijaniu umiejętności komunikacji czy na skutecznych metodach wychowawczych. Bycie rodzicem dziecka z trudnościami rozwojowymi, intelektualnymi, emocjonalnymi, zdrowotnymi czy ruchowymi to ogromne wyzwanie, często utrudniające nawet najprostsze czynności, np. wizyta w sklepie lub zjedzenie posiłku w przyjemnej atmosferze. Opieka nad dzieckiem, wychowywanie go w poczuciu bezpieczeństwa, podsuwanie mu narzędzi ułatwiających codzienne funkcjonowanie – to rola pełniona całą dobę siedem dni w tygodniu – rola, która stanowi jednocześnie ogromne obciążenie. Zmęczenie, przeciążenie i odkładanie swoich potrzeb na bok z uwagi na brak czasu, to codzienność większości rodziców. Czy opiekunowie, którzy rzadko mają zaspokojone własne potrzeby, którzy są przemęczeni, wiecznie zmartwieni i sfrustrowani są w stanie skutecznie i odpowiednio wspierać dziecko?



Pielęgnowanie więzi z dzieckiem to bycie uważnym na dziecko oraz jego potrzeby. Możemy być responsywni, skuteczni w działaniach i uważni na innych jedynie wtedy, gdy sami mamy do tego niezbędne zasoby, a nasze potrzeby są zaspokojone. To właśnie dlatego dbanie o siebie jest takie istotne. Stanowi fundament i konieczny warunek dla utrzymania zdrowia psychicznego i prawidłowego rozwoju.

W gonitwie życia codziennego nie jest łatwo zatrzymać się i skupić na sobie. Często przez ilość zadań i obowiązków nie mamy nawet chwili, by złapać oddech, a co dopiero znaleźć przestrzeń na to, by nacieszyć się trwającą chwilą. Co więcej, nasz mózg nie jest z natury „zaprogramowany” do czynienia nas szczęśliwymi, a do tego, aby nas chronić i ostrzegać przed niebezpieczeństwem oraz pozwalać przetrwać. To dodatkowe utrudnienie. **Przyjemne emocje** są trudniejsze do automatycznego wzbudzenia i dlatego tak ważne jest, by je **na co dzień pielęgnować**. Pielęgnowanie pozytywnych emocji nie jest równoznaczne z tłumieniem lub maskowaniem tych mniej przyjemnych odczuć. Kluczem pielęgnowania emocji jest dawanie obu rodzajom emocji wybrzmiewać: **radości dać się weselić, złości wyzłocić a smutkowi wysmucić**. Przyjemne uczucia możemy pielęgnować na różne sposoby – każdy może znaleźć najbardziej dla siebie odpowiedni. Możemy, na przykład, uczyć się uprawomocniać swoje emocje i okazywać sobie samowspółczucie, złoścąc się podczas stania w korku: „Masz prawo się wściekać, po takim ciężkim dniu w pracy zasługujesz na odpoczynek”. Możemy także praktykować wdzięczność – szukać pozytywnych aspektów sytuacji: „Mimo tego, że stoję w korku po tak ciężkim dniu, to czuję ulgę, bo mam wygodny samochód, dzięki któremu nie muszę stać na przystanku podczas deszczu”. Warto pamiętać, że emocje potrafią być jak „pamięć mięśniowa” – im częściej się je „ćwiczy”, im częściej się je „trenuje”, tym częściej będą się pojawiać, wzbudzać się naturalnie. W pamięci będzie występować reprezentacja tych pozytywnych zdarzeń, uczuć, a nasz mózg bardzo lubi łatwe sposoby wnioskowania – bierze ostatni reprezentatywny przykład i „myśli”, że to świetny pomysł. Właśnie dlatego warto pielęgnować pozytywność, okazując wdzięczność, współczucie, dumę czy podziw. W dążeniu do tego pomocne są:

- praktykowanie wdzięczności, samowspółczucia, podziwu,
- uważne bycie w obecnej chwili,
- akceptacja siebie, swoich emocji i uczuć,
- spędzanie czasu z osobami, które są dla nas ważne,
- dostrzeganie wsparcia społecznego oraz okazywanie go,
- docenianie siebie i innych, niewymuszona pomoc,
- wyznaczenie własnych wartości i dążenie ku nim, nawet wtedy, kiedy jest trudno
- nieporównywanie się z innymi (zwłaszcza nieporównywanie się tylko z lepszymi osobami)
- motywowanie się wewnętrznie (poczucie, że ważne jest działanie samo w sobie, a nie tylko cel),
- zaufanie sobie,
- robienie małych kroków (i zauważanie ich!) w kierunku celu.



Kącik specjalistyczny: *Codziennosc dziecka z FASD jest trudna, ale nie niemożliwa (część III)*, Aneta Kwapisz, pedagog

Często bywa, że problemy szkolne i wychowawcze dzieci ze Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych (FASD) z dużą łatwością przypisujemy na poczet „złego” wyposażenia genetycznego czy demoralizację. Często oceniamy końcowy efekt, czyli zachowanie, a nie zastanawiamy się, co sprawiło, że dziecko zachowuje się tak czy inaczej. Czasem najprościej jest nam przyporządkować tu uwarunkowania rodzinne a najtrudniej pochylić się nad dzieckiem, nad jego trudami.



ZABURZENIA MYŚLENIA PRZYCZYNOWO-SKUTKOWEGO

Nauczyciele i rodzice podkreślają, że dzieci z FASD wielokrotnie powtarzają te same błędy bez względu na to, jak wiele czasu poświęca się na ich korygowanie i wyciąganie konsekwencji. Każdy dzień dla dziecka z FASD jest nowym początkiem, ponieważ ma ono problemy z wyciąganiem wniosków i przewidywaniem konsekwencji swojego zachowania – słabo lub zupełnie nie uczy się na swoich błędach z uwagi na zaburzenie myślenia przyczynowo-skutkowego.

Należy jednak każdorazowo wyciągać konsekwencje z niewłaściwego zachowania, informując dziecko o przyczynach czekających je następstw.

Dlaczego dzieci te nie potrafią przewidzieć skutków swojego zachowania?

1. Dzieci z FASD działają na zasadzie impulsu: bodziec–działanie, bez refleksji nad możliwymi następstwami (stosowanie tutaj nagród za właściwe zachowanie może przynosić pewne efekty, zwłaszcza na początku).

2. Nasze napomnienia „nie wbiegaj na ulicę, bo może potrącić cię samochód” nie zawsze osiągają zamierzony cel. Dziecko i tak wybiega na ulicę musi ono na własnej skórze przekonać się o rezultacie swojego działania, a to może prowadzić do tragedii.

3. Dzieci z FASD często mają dość sztywne i egocentryczne pojęcie sprawiedliwości, co przeszkadza w nauce myślenia przyczynowo-skutkowego. Mają trudności z wyobrażeniem sobie tego, myślą oraz co czują inni.

Sposoby postępowania z dzieckiem w tym przypadku:

- poświęć czas na rozmowy z dzieckiem, pomoże ci to poznać jego sposób myślenia i opracować sposób postępowania,

- zdecyduj, nad jakimi swoimi zachowaniami dziecko musi zapanować (które z nich są najważniejsze), do reszty zachowań nie przywiązuj nadmiernej uwagi,

- wyciągaj konsekwencje natychmiast po niewłaściwym zachowaniu ucznia, informuj go o przyczynach, z powodu których *"zrobisz to i to"*,

- pomóż dziecku zrozumieć problem, analizując sytuację. Ucz zadawania sobie pytań: *"w którym momencie zaczął się problem?"*, *"co zrobiłem"*, *"jaki efekt osiągnąłem?"*, *"jak mogłem się jeszcze inaczej zachować?"*, i *"co mogę zrobić następnym razem?"*,

- napisz te pytania dziecku/uczniowi by mógł sam odpowiednio wcześniej śledzić swoje zachowanie i szukać nowych sposobów reagowania.



- spróbuj przedstawić dziecku punkt widzenia swój oraz innych osób,

- miej na uwadze ograniczone możliwości ucznia w zakresie zapamiętywania, rozumienia mowy, koncentracji uwagi i omawiaj z nim jego zachowanie, wskazując na czekające go konsekwencje

- staraj się zachęcić osoby wspierające do życzliwości a nie do oceniania i karcenia.

PROFITaktyka na profilaktykę

Kamil Pietrasiak, koordynator rodzinnej pieczy zastępczej

W Stowarzyszeniu na rzecz pomocy dziecku i rodzinie „DLA RODZINY” realizowane jest zadanie publiczne pod tytułem „Wspieranie programów z zakresu przeciwdziałania patologiom społecznym realizowanych przez organizacje pozarządowe i inne podmioty B. Wsparcie programów dot. przeciwdziałania patologiom społecznym w ramach profilaktyki selektywnej”. Zadanie pn. PROFITaktyka na profilaktykę” zostało sfinansowane przez Gminę Miasto Częstochowa i jego wykonanie przewidziane jest do 31.12.2023r. Program skierowany jest do dzieci i młodzieży w wieku 10-17 lat, zagrożonych wykluczeniem społecznym, wychowujących się w rodzinach dysfunkcyjnych oraz w rodzinach zastępczych, a także do rodziców/opiekunów tych małoletnich. Uczestnikami mogą być osoby z terenu miasta Częstochowy, objęci wsparciem Częstochowskiego Centrum Wsparcia Rodziny. Fundamentalnym wsparciem w ramach programu jest usługa psychologa, który prowadzi pracę diagnostyczno-konsultacyjną z dziećmi, młodzieżą, i ich rodzicami/opiekunami. Dla młodych uczestników przewidziano zajęcia choreoterapii, stretchingu, zajęcia kreatywne z animatorami. O spotkania z psychologiem oraz pozostałe zajęcia można pytać w naszym Stowarzyszeniu.



Kącik poetycki - Inga Idzikowska



"PATRON"

Powitałem Cię wśród moich ścian,
Ty już miałeś Uczniu plan
Godnie mnie reprezentować
I historii mej nie psować.

Mały byłeś Uczniu Drogi,
Gdy me przekroczyłeś progi,
Baleś się od Ciebie starszych,
Niby to i doskonalszych.

Później starszy Uczniu byłeś,
Życiem młodym się cieszyłeś.
Druą kłasa była trudna,
Nauką w domu bardzo żmudna.

Smutno było tu bez Ciebie,
Gdy wróciłeś, jest jak w niebie!
Widzę teraz Twe radości,
Szczęście w oczach Twej młodości.

Czuwałem nad Tobą i wierzyłem skrycie,
Że wiedzą swą zabłyśniesz obficie,
Przed tymi, co nie wierzą w Twoje możliwości,
Ty wiedzą rozwiałeś ich wszelkije wątpliwości.

Teraz, Kochany Przyjacielu,
Choć jest ich tu tak wielu,
Zawsze o Tobie pamiętać będę,
Gdy będziesz potrzebować mnie, przybędę.

Stajesz w mych murach w progu dorosłości,
Lecz nie żegnasz się, Drogi, z powiewem
młodości,
Choć zapiszesz teraz nowy rozdział w księdze,
Nikt nie zapomni o Twojej potędze.

Teraz Ty wyjdiesz, przyjdą znowu nowi
I nauczyciel się nad tym głowi
Kto przyjdzie, czy mądry, czy miły będzie,
Kto na Twe miejsce z daleką przybędzie?

Pamiętaj mój Uczniu, że tęsknić będę,
Jeśli Ci smutno przyjdź na gawędę.
Jesteś, Mój Drogi, dla mnie jak sternik,
Żegnam cię Uczniu. Twój Kopernik,

Stowarzyszenie na rzecz pomocy dziecku i rodzinie „DLA RODZINY”

ul. Sułkowskiego 9, 42-217 Częstochowa

KRS: 0000456714 * NIP: 5732845107 * REGON: 243227014

Nr konta: ING Bank Śląski 60 1050 1142 1000 0090 30180856

Na zlecenie Urzędu Miasta Częstochowy prowadzimy

Częstochowskie Centrum Wsparcia Rodziny przy ul. Sułkowskiego 9

Telefon: 502 985 101

Mail: info@dlarodziny.com

www.dlarodziny.com, www.facebook.com/czestochowskiecentrum.wsparciarodziny

Biuletyn Stowarzyszenia „DLA RODZINY” redaguje Edyta Makles
przy współudziale pracowników Stowarzyszenia