

Droży Czytelnicy!

Nareszcie wiosna! Po długim okresie szarugi za oknem, z utęsknieniem witamy wiosenne słońce, raduje nas śpiew ptaków, każda rozkwitnięta roślina. Dłuższy dzień, świeża zieleń wokół nas - napawają nas radością i optymizmem, dają siłę do działania i wiarę, że warto pomagać, pomimo różnorodnych trudności.

W marcu obchodziliśmy 13 rocznicę powstania naszego Stowarzyszenia. Zapewne okres ten w każdym z nas wywołuje inne wspomnienia i doświadczenia. Przez ten czas udało nam się zrealizować wiele projektów – samodzielnie oraz z naszymi partnerami, organizowaliśmy różnorodne zajęcia dla dorosłych oraz dla dzieci, wyjęcia do instytucji kultury, do kina, na lody, wyjazdy wakacyjne w ramach projektu, wsparcia dla osób będących w potrzebie, szkolenia przygotowujące naszych rodziców do pełnienia funkcji rodziny zastępczej czy spotkania szkoły dla rodziców, którzy chcą pogłębiać swoją wiedzę na temat wychowania.

Przed nami kolejne wyzwania oraz nowe, ciekawe projekty. Szczegółowe informacje o naszych działaniach można znaleźć na Facebooku i stronie internetowej.

W maju obchodzimy ważne dla nas święta: Dzień Matki, Międzynarodowy Dzień Rodziny oraz Ogólnopolski Dzień Rodzicielstwa Zastępczego. Życzę wszystkim Rodzicom radości i spełniania się w rolach, które pełnią na co dzień.

Z wiosennym pozdrowieniem, Lidia Zeller, Prezes Stowarzyszenia "DLA RODZINY"



Wsparcie dla rodzin zastępczych

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Katowicach od stycznia 2024 r. realizuje projekt pn. "Deinstytucjonalizacja i wsparcie wojewódzkiej pieczy zastępczej". Efektem projektu jest otwarcie na terenie naszego województwa pięciu specjalistycznych ośrodków - **Regionalnych**



Centrów Wsparcia Pieczy Zastępczej. Jedno z nich powstało w Częstochowie, przy ul. Kościuszki 13. Oficjalne otwarcie centrum miało miejsce 24 listopada 2025 r. Celem instytucji jest zwiększenie dostępności usług wspierania rodziny i pieczy zastępczej na szczeblu regionu oraz deinstytucjonalizacja wojewódzkiej pieczy zastępczej poprzez wspieranie rozwoju rodzinnych form pieczy zastępczej.

Rodziny zastępcze mają możliwość skorzystania z usług specjalistów: pedagogów, psychologa, logopedy oraz fizjoterapeuty. Ponadto, projekt oferuje szkolenia, superwizje, turnusy terapeutyczne, specjalistyczne diagnozy oraz terapie. Zainteresowane rodziny zastępcze prosimy o kontakt pod numerem telefonu: 531 167 301 lub za pośrednictwem naszego Stowarzyszenia.

Projekt jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach programu Fundusze Europejskie dla Śląskiego 2021-2027. Jego zakończenie nastąpi 31.12.2027 r.

Uwaga 800 +

Od 1 lutego 2026 r. do 30 kwietnia rodzice i opiekunowie mogą składać do ZUS wnioski o świadczenie wychowawcze **800 plus** na nowy okres świadczeniowy, który trwać będzie od 1 czerwca 2026 r. do 31 maja 2027 r. Złożenie wniosku do 30 kwietnia danego roku oznacza przyznanie oraz wypłatę przyznanego świadczenia najpóźniej do 30 czerwca tego roku.

Jeżeli ktoś ominie ten termin, należy pamiętać, że tylko złożenie wniosku **do końca czerwca** gwarantuje, że świadczenie wychowawcze zostanie wypłacone za cały okres świadczeniowy trwający od 1 czerwca do 31 maja następnego roku.

W przypadku wniosków złożonych później, prawo do świadczenia zostanie ustalone od miesiąca złożenia wniosku.

Halo! Rodzic zastępczy w potrzebie!

Konsultacje
dla rodzin zastępczych:
530 503 739



Bezpłatne porady prawne



Na konsultacje
z prawnikiem
zapraszamy w każdą
środę
w godz. 12-14.00

Wydarzyło się...

czyli miniony kwartał w telegraficznym skrócie

STYCZEŃ

- 12.01.** - Udział w szkoleniu pt. „Jak budować odporność psychiczną dziecka w rodzinie zastępczej, rodzinnym domu dziecka” (RCWPZ)
- 21.01.** - Zajęcia kreatywne dla dzieci (laurki z okazji Dnia Babci i Dziadka) oraz grupa wsparcia dla rodziców
- 24,26,28.01.** - Szkolenie dla rodziny zastępczej zawodowej specjalistycznej
- 27.01.** - Spotkanie Noworoczne z przedstawicielami Urzędu Miasta Częstochowy oraz rodzinami zastępczymi
- 29.01.** - Zespół kwalifikacyjny dla rodziny zastępczej zawodowej specjalistycznej
- 30.01.** - Bal karnawałowy
- 30.01.** - Udział w spotkaniu dot. Pilotażu programu pt. "Ośrodek współtworzący program Rodzinnej Pieczy Zastępczej Skoncentrowanej na Rozwiązaniach" (Fundacja ULICA)

LUTY

- 02.02.** - Udział w szkoleniu pt. "Standardy ochrony małoletnich - obowiązkowa ewaluacja" (Stowarzyszenie Moc Wsparcia)
- 09.02.** - Ukończenie przez kolejną część naszego Zespołu ostatniego etapu szkolenia "Kids' Skills – Dam radę!" i "Jestem z Ciebie dumny!" (Fundacja ULICA)
- 12.02.** - Udział w szkoleniu "Praca z dzieckiem ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi (SPE)" (RCWPZ)
- 12.02.** - Rozpoczęcie cyklu szkoleń o tematyce "Sztuka dobrego komunikowania" dla rodziców zastępczych
- 14.02.** - Bal karnawałowy w ramach projektu "Wygrana rodzina w Częstochowie"
- 20.02.** - Udział częstochowskich rodzin zastępczych w Spotkaniu konsultacyjnym z samorządowcami, rodzinami zastępczymi oraz panią Aleksandrą Gajewską - Wiceministrą Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej (ROPS Katowice, Bytom)
- 26.02.** - Udział w szkoleniu pt. "Wybrane metody wzmacniania więzi rodzic-dziecko (RCWPZ)
- 27.02.** - Spotkanie ewaluacyjne dotyczące wdrażania metody Kids' Skills (CzCWR)

MARZEC

- 03, 05.03.** - Szkolenie dla kandydatów do pełnienia funkcji rodzin zastępczych spokrewnionych
- 13.03.** - Rozpoczęcie cyklu szkoleń "Kids' Skills – Dam radę!" i "Jestem z Ciebie dumny!"- dla rodzin zastępczych
- 16.03.** - Udział w spotkaniu sieciującym pt. "Realizacja zapisów ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej- zmiany do ustawy" (RCWPZ)
- 17.03.** - Spotkanie z Miejską Radą Rodziców Zastępczych w Częstochowie ws. nowelizacji ustawy
- 18.03.** - Udział w szkoleniu "Autoagresja i agresja u dzieci, profilaktyka w zakresie zachowań autoagresywnych" (RCWPZ)
- 21.03.** - Spotkanie z muzykami w ramach projektu "Wygrana Rodzina w Częstochowie"
- 26.03.** - Udział w wydarzeniu Skillful Energy Masterclass pt. "Budowanie odporności psychicznej w praktyce" (Fundacja ULICA, online)
- 26.03.** - Druga część szkolenia pt. "Sztuka dobrego komunikowania"
- 29.03.** - Trzynasta rocznica powstania Stowarzyszenia "DLA RODZINY"
- 31.03.** - Zajęcia dla przyszłych rodziców z wykorzystaniem lalek Reborn

Dodatkowe działania:

- Diagnostyka i oddziaływania terapeutyczne z udziałem psa
- Udział w spotkaniach Partnerstw
- Działania w ramach realizowanych projektów

KALENDARZ nadchodzących wydarzeń

KWIECIEŃ

- 02.04.** - Światowy Dzień Świadomości Autyzmu
- 04.04.** - Śniadanie Wielkanocne (Fundacja Adullam)
- 20.04.** - Spotkanie Porozumienia Częstochowa Dla Rodziny

MAJ

- 15.05. - 23.06.** - XVIII Częstochowskie Dni Rodziny
- 15.05.** - Międzynarodowy Dzień Rodziny.
- Akcja "Dwie godziny dla Rodziny"
- 26.05.** - Dzień Matki
- 28.05.** - Obchody Dnia Rodzicielstwa Zastępczego w Ratuszu Miejskim
- 30.05.** - Ogólnopolski Dzień Rodzicielstwa Zastępczego

CZERWIEC

- 01.06.** - Dzień Dziecka
- 23.06.** - Dzień Ojca
- 26.06.** - Zakończenie roku szkolnego

Planowane działania:

- Diagnostyka i oddziaływania terapeutyczne z udziałem psa
- Szkolenia dla kandydatów do pełnienia funkcji rodzin zastępczych
- Spotkania w ramach Partnerstw
- Działania w ramach realizowanych projektów

Rodzina - razem możemy więcej.

Edyta Makles, koordynator rodzinnej pieczy zastępczej

„Rodzina, razem możemy więcej” - to projekt realizowany od 01.08.2024 r. (do 31.07.2027 r.) przez Fundację Dla Rozwoju w partnerstwie ze Stowarzyszeniem na rzecz pomocy dziecku i rodzinie „DLA RODZINY”. Skierowany do osób zamieszkałych na terenie Częstochowy (rodzin, dzieci i młodzieży), którzy przeżywają trudności egzystencjalne i opiekuńczo-wychowawcze.



Celem projektu jest zwiększenie równego i szybkiego dostępu do wysokiej jakości usług społecznych, co ma przełożyć się na poprawę relacji wewnątrzrodziny, społecznego funkcjonowania rodzin, wzrost umiejętności rozwiązywania trudności związanych z pełnieniem funkcji opiekuńczo-wychowawczych oraz kompetencji w zakresie świadomego rodzicielstwa. Wsparcie będzie prowadzić do poprawy jakości życia w obszarze funkcjonowania indywidualnego, grupowego, rodzinnego, zawodowego.

Najważniejsze działania zaplanowane w projekcie to:

- Wsparcie i rozwój asystentury rodzinnej i innych form pracy z rodziną.
- Świetlik – punkt wsparcia dla dzieci, rodziny i ich otoczenia.
- Specjalistyczna Poradnia rodzinna: psycholog/psychoterapeuta w tym uzależnień, logopeda, psychiatra, mediator, dietetyk.
- Budowanie zdolności organizacyjnych organizacji pozarządowych działających w partnerstwie Częstochowa dla Rodziny.

Projekt pn. „Rodzina, razem możemy więcej” jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Fundusze Europejskie dla Śląskiego 2021-2027 (Europejski Fundusz Społeczny +). Udział w projekcie jest bezpłatny. Więcej informacji: <http://dlarodziny.com/rodzina-razem-mozemy-wiecej-edycja-nowa/>

Wygrana rodzina w Częstochowie - ferie zimowe.

Małgorzata Major, mentor ds. rozwoju dzieci i młodzieży

W ramach ferii zimowych zorganizowano dzieciom z rodzin projektu „Wygrana Rodzina w Częstochowie” kilka atrakcyjnych propozycji służących ich rozwojowi. Rozpoczęliśmy balem dla maluchów. Spalaliśmy kalorie po „tłustym czwartku” zabawami ruchowymi. Świetnie przebrane dzieci brały udział w grach i zabawach ruchowych. Zauważalnie, po strojach karnawałowych dzieci można wywnioskować jaka bajka jest na topie „Psi Patrol”:



Od poniedziałku codziennie robiliśmy coś innego. W pierwszy dzień malowaliśmy na kamieniach motywy rzeczne, rozwiązywaliśmy quiz wiedzy o rzekach, morzach i ocenach a potem poszliśmy do OKF na bajkę „Mała Amelia”. Ładna japońska animacja mówiąca o tym, że wszystkie dzieci, w każdym kręgu kulturowym, potrzebują uważnego, kochającego opiekuna, aby się harmonijnie rozwijać. Dla niektórych dzieci była to inicjacja kinowa. To kino jest dobre na takie wydarzenia. Nie ma reklam, a w kinie skupia się na seansie, a nie konsumowaniu popcornu. W czasie zimowego spaceru do kina rozpoznawaliśmy charakterystyczne dla Częstochowy budowle i zabytki. W kolejnym dniu dzielne dziewczyny „walczyły o życie” na lodowisku. Dla maluchów pomocne były pingwinki. Dla bezpieczeństwa, każde z dzieci miało kask. Polecamy wczesne godziny na lodowisku, jeszcze bez tłumów. W środę były zajęcia o kosmosie. Kosmos jest wielki, a człowiek malutki. Podsumowaniem zajęć był film o tajemnicach kosmosu i wykonanie pracy plastycznej. Dzieci mają nadspodziewanie dużą wiedzę o kosmosie. Warto w naszych dzieciakach zaszczepiać naukę, dowolnie: o kosmosie, dinozaurach, świecie robaków, czy żaglowcach. Oby dzieci chciały robić cokolwiek innego, niż jednostajne „wgapienie się” w ekrany i marnowanie czasu na gry. Największą frekwencją cieszyły się zajęcia czwartkowe. Dzieci

wraz z rodzicami korzystali z atrakcji Aqua Parku. Największym powodzeniem cieszyły się zjeżdżalnie oraz strefa dla malucha, bo maluchów przybyło najwięcej. Częstochowski akwen jest świetny dla rodzin z dziećmi. Woda jest ciepłutka, w większości basenów można dotykać dna. Atrakcje przygotowane dla dzieci są różnorodne i bezpieczne. Gorąco polecamy ten rodzaj rekreacji ruchowej i formy spędzenia czasu razem, rodzinie.

Podsumowaniem ferii był dzień włoski. Piękna Włoszka przyjechała aby uczyć dzieci podstaw języka włoskiego, kolorów, nazw części ciała, poprzez prace plastyczne i zabawy ruchowe. Kulinarne podsumowanie też było po włosku. Coś co dzieci lubią najbardziej – pizza!!! W okresie wakacji na pewno będzie zorganizowany podobny tydzień. A i pogoda zagwarantuje, że większość atrakcji będzie można zorganizować w plenerze. Dziękujemy wszystkim dzieciom (i ich rodzicom) za uczestnictwo w proponowanych zajęciach.



Projekt „Wygrana rodzina w Częstochowie” realizowany jest od kwietnia 2025 r. przez Stowarzyszenie „DLA RODZINY” w partnerstwie z Gminą Miastem Częstochową oraz Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej. Grupę docelową stanowi 15 rodzin dotkniętych problemem dziedziczenia biedy. Projekt współfinansowany jest ze Środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego Plus, Program Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021-2027.

Rodzina - tutaj szczęście się zaczyna.

Izabela Owczarek, asystent rodziny

Żyjemy w świecie, który nieustannie gna na przód. Pracujemy na kilka etatów, codziennie mamy mnóstwo obowiązków, planów. Każdego dnia się śpieszymy. Jest jednak jedno miejsce do którego zawsze chce się wracać. To miejsce sprawia, że możemy zmyć makijaż, założyć dres, być sobą i oddychać. Takim miejscem jest właśnie DOM i RODZINA. To tutaj wszystko się zaczyna - pierwsze kroki, pierwsze słowa, pierwsze uśmiechy i pierwsze marzenia. To miejsce, gdzie uczymy się czym jest miłość, zaufanie i tego, co w życiu ważne. Nie ma rodzin idealnych, nie musimy prezentować się jak w reklamie, po prostu wystarczy to, że jest prawdziwa. Każda rodzina ma swoje rytuały - niedzielny rosół na obiad, wspólny spacer, czytanie na dobranoc. Szczęście kryje się właśnie w takich małych momentach dnia codziennego. Te małe momenty budują najpiękniejsze wspomnienia. Nie oznacza to, że zawsze jest łatwo. W rodzinie, jak w każdej relacji zdarzają się nieporozumienia, zmęczenie czy chwile ciszy. To właśnie umiejętność rozmowy sprawia, że więzi stają się silniejsze. Dziecko obserwuje świat dorosłych i ich zachowania. Warunkiem pełnego zabezpieczenia rozwoju i dojrzałości dziecka jest miłość otoczenia, akceptacja rodziców i trwałość rodziny. Różne warunki powodują, że funkcjonowanie wielu rodzin zostaje zaburzone, mimo udzielonej pomocy. Niewydolność rodziny i ich problemy mogą prowadzić do umieszczenia dzieci poza rodziną biologiczną.



W ramach projektu „Rodzina-tutaj szczęście się zaczyna” są realizowane zadania dla dzieci przebywających w rodzinach zastępczych i ich rodzin biologicznych oraz rodziców zastępczych. Realizowane są także działania ukierunkowane na rozszerzone wsparcie dla rodzin, wsparcie psychologiczne i terapeutyczne, ułatwienie integracji oraz promowanie pozytywnego wizerunku rodzin zastępczych w społeczeństwie. Celem działań jest także wspieranie procesu deinstytucjonalizacji pieczy zastępczej.

Projekt realizowany jest przez Gminę Miasto Częstochowa w partnerstwie ze Stowarzyszeniem na rzecz pomocy dziecku i rodzinie „DLA RODZINY” od 01.05.2025 do 31.05.2027 r. Udział w projekcie jest bezpłatny. Projekt współfinansowany jest ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego Plus, Program Fundusze Europejskie dla Śląskiego 2021-2027, Priorytet VII. Fundusze Europejskie dla społeczeństwa, Działania 7.7 Wsparcie rodziny, dzieci i młodzieży oraz deinstytucjonalizacja pieczy zastępczej.

Kącik psychologiczny: Dlaczego wciąż boimy się tematu zdrowia psychicznego? O stygmatyzacji, która szkodzi bardziej niż choroba.

Marzena Grabińska, psycholog, psychoterapeuta

Kiedy ulegamy wypadkowi i łamiemy sobie rękę czy chorujemy na zapalenie płuc, łatwo wyobrazić sobie ścieżkę pomocy: idziemy wtedy do lekarza, dostajemy zwolnienie, jest wdrażane odpowiednie leczenie, możemy też liczyć na pomoc i współczucie otoczenia. Ale kiedy rzecz dotyczy tematów zdrowia psychicznego i okazuje się, że zmagamy się z depresją, to czy reakcja otoczenia jest taka sama? Niestety – często nie. Właśnie w tym miejscu korzenie ma problem stygmatyzacji.

Stygmatyzacja to nic innego jak przypisywanie ludziom etykiet, które obniżają ich wartość w oczach innych. Dotyczy wielu grup, mocno uderza również w osoby cierpiące na zaburzenia psychiczne. To zjawisko nie tylko jest krzywdzące dla konkretnych osób, ale także ma bardzo realne konsekwencje społeczne i zawodowe.

Trzy twarze stygmatyzacji

Stygmatyzacja nie zawsze jest oczywista, może działać na różnych płaszczyznach. I tak, możemy wyróżnić trzy typy tego zjawiska. O stygmatyzacji społecznej, mówimy kiedy ktoś w środowisku jest przez innych oceniany, unikany czy traktowany z dystansem ("lepiej uważać, bo to osoba z problemami..."). Kolejnym typem jest stygmatyzacja strukturalna kiedy system np. rynek pracy czy dostęp do opieki zdrowotnej utrudnia funkcjonowanie określonym grupom np. osobom z niepełnosprawnością. Ostatnim i najtrudniejszym typem jest stygmatyzacja wewnętrzna – jest trudna, bo dzieje się "w głowie". To moment, gdy człowiek zaczyna wierzyć w negatywne stereotypy na swój temat, czuje się gorszy od innych, mniej wartościowy, nie godny tego aby być zaakceptowanym. Ta ostatnia bywa szczególnie niebezpieczna – prowadzi do wycofania, obniżonej samooceny i rezygnacji z podejmowania wyzwań, a co za tym idzie ograniczenie szans jednostki na rozwój.

Praca? Nie dla "takich osób"?

Jednym z obszarów, gdzie rzuca się w oczy zjawisko stygmatyzacji, jest rynek pracy. Osoby z zaburzeniami psychicznymi często mają trudności ze znalezieniem zatrudnienia lub awansem – nie z powodu braku kompetencji, ale z powodu uprzedzeń. Weźmy przykład schizofrenii. Wciąż pokutuje przekonanie, że wszystkie osoby chorujące są niebezpieczne i niezdolne do pracy. Tymczasem rzeczywistość jest znacznie bardziej złożona – wiele z tych osób mogłoby normalnie funkcjonować zawodowo, gdyby dano im szansę. Podobnie rzecz się ma z depresją. Osoby chorujące na depresję napotykały na stereotypy związane z ich lenistwem, czy słabością charakteru. W Polsce depresja jest nadal postrzegana przez część społeczeństwa jako wydumany problem, a nie poważne zaburzenie zdrowia psychicznego prowadzące nawet do śmierci. Często pracownicy, którzy leczą się na depresję, spotykają się w swoim miejscu pracy z nieufnością ze strony innych pracowników i przełożonych, są postrzegane jako mniej efektywne i mniej zdolne do zaangażowania. W miejscu pracy osoby te odczuwają niezrozumienie i izolację, co dodatkowo pogłębia ich problemy.

Jak działa mechanizm stygmatyzacji?

Proces ten zaczyna się niewinnie – od przekonania, że jakaś cecha (np. choroba psychiczna) jest inna, niepasująca, dyskwalifikująca. Potem pojawiają się stereotypy, które prowadzą do uprzedzeń, a te do konkretnych zachowań, takich jak: unikanie, wykluczanie, ocenianie. Nie zawsze chodzi o otwartą niechęć. Często to drobiazgi, np. unikanie rozmowy, niezręczna cisza, brak zaproszenia do wspólnego działania, "ostrożne" traktowanie w pracy. Z pozoru nic wielkiego, ale z perspektywy osoby, której to dotyczy – to sygnał: "coś jest z tobą nie tak". Z czasem osoba, której to dotyczy, zaczyna myśleć: "może rzeczywiście jestem gorsza?". To właśnie internalizacja stygmatu – moment, w którym społeczne uprzedzenia stają się częścią tożsamości osoby. Jej efektem jest izolacja, pogorszenie zdrowia psychicznego, a także trudności w codziennym funkcjonowaniu.



Na szczęście coś się zmienia

W Polsce coraz więcej mówi się o zdrowiu psychicznym – i bardzo dobrze! Powstają kampanie społeczne, które mają jeden cel: oswoić temat i pokazać, że choroby psychiczne to nie powód do wstydu. Pokazują, że z porady, pomocy psychologicznej czy psychoterapii może skorzystać każdy – nie jest to rzecz przeznaczona "dla wariatów" albo "w fatalnym kryzysie", ale może być narzędziem do zmiany w miejsczych trudnościach, w konkretnych obszarach życia (np. trudności wychowawcze, komunikacyjne). Coraz częściej mówi się o tym, że terapia nie jest ostatnią deską ratunku, ale normalną formą dbania o siebie i swoje zdrowie – tak samo jak wizyta u lekarza. To wbrew pozorom bardzo ważny krok do przodu, bo prawdziwa zmiana zaczyna się właśnie od świadomości.

Co możemy zrobić na co dzień?

Nie trzeba wielkich kampanii i akcji społecznych, żeby coś zmienić. Pamiętajmy:

- oceniać z ostrożnością – za czymś zachowaniem może stać coś, czego nie widać,
- posłuchać zamiast doradzać na siłę,
- traktować zdrowie psychiczne tak samo poważnie jak fizyczne,
- reagować na krzywdzące żarty i uwagi.

W miejscu pracy atmosfera zrozumienia i bezpieczeństwa jest ważnym aspektem. To ona decyduje, czy ktoś odważy się powiedzieć: "mam problem". Zdrowie psychiczne nie ma jednego scenariusza – choroby i zaburzenia mogą dotknąć każdego, niezależnie od wieku, wykształcenia, statusu ekonomicznego i stanowiska. "To mogę być ja" – dlatego tak ważne jest, żeby zamiast dystansu wybierać empatię. Stygmatyzacja nie leczy. Za to zwykła rozmowa i empatia potrafią zmienić naprawdę wiele.

Agresja i autoagresja u dzieci i młodzieży (cz. I).

Marta Porębińska, koordynator rodzinnej pieczy zastępczej

AGRESJA to każde zachowanie skierowane na zewnątrz, którego celem jest zranienie (fizyczne lub psychiczne) drugiej osoby albo zniszczenie czegoś. Nie zawsze oznacza „złość” – czasem jest to sposób rozładowania napięcia, wołanie o uwagę albo reakcja na stres. Rodzaje agresji:



- Agresja fizyczna, np. użycie siły, bicie, kopanie, popychanie, szarpanie, gryzienie, niszczenie cudzych rzeczy.
- Agresja słowna (werbalna), np. zranienie słowami, wyzywanie, przezywanie, ośmieszanie, groźby, krzyki, wulgaryzmy.
- Agresja pośrednia (relacyjna), np. działania „po cichu”, uderzające w relacje, takie jak obgadywanie, wykluczenie z grupy, plotkowanie, ignorowanie. Ta forma agresji jest bardzo często spotykana u starszych dzieci i nastolatków
- Agresja instrumentalna, np. agresja „dla celu”, zabieranie rzeczy siłą, zastraszanie, wymuszanie
- Agresja w sieci. Choć jest to nowoczesna forma przemocy, można uznać ją za najbardziej popularną i niosącą ciężkie skutki np: hejt, wyśmiewanie w Internecie, publikowanie kompromitujących treści, nękanie online (cyberprzemoc).

AUTOAGRESJA to zachowania, w których dziecko lub nastolatek kieruje złość, ból lub napięcie przeciwko sobie. To nie zawsze oznacza pragnienie śmierci – często jest to sposób radzenia sobie z emocjami, próba "poczucia ulgi", forma "ukarania siebie". Rodzaje autoagresji:

- Autoagresja fizyczna (bezpośrednia). Najbardziej widoczna: cięcie się, drapanie do krwi, przypalanie skóry, uderzanie głową o ścianę, gryzienie, wrywanie włosów.
- Autoagresja pośrednia (ukryta). Bardziej „cicha”, trudniejsza do zauważenia: zaniedbywanie siebie (np. higieny, jedzenia); prowokowanie sytuacji, w których ktoś zrobi krzywdę, narażanie się na niebezpieczeństwo. Brak dbania o zdrowie, doprowadzanie do chorób (np. bulimia czy anoreksja).

- Autoagresja psychiczna czyli szkodzenie sobie „w głowie”: ciągłe krytykowanie siebie, poczucie bycia „bezwartościowym”, obwinianie się za wszystko, mówienie: „jestem do niczego”, „zasługuję na karę”.
- Zachowania ryzykowne, jako forma autoagresji. W sytuacjach trudnych dla młodego człowieka będzie on wchodził w tak zwane zachowanie ryzykowane, dzięki którym będzie miał poczucie sprawiedliwości i "ulgi" np. używki (alkohol, narkotyki), niebezpieczne zachowania (np. ryzykowna jazda), kontakty z niebezpiecznymi osobami.
- Myśli i tendencje samobójcze.
- To najpoważniejsza forma: mówienie o śmierci, planowanie odebrania sobie życia, poczucie braku sensu. Może być związana np. z depresją.



Źródło: www.zobacznikam.pl

Dlaczego pojawia się agresja i autoagresja?

Najczęstsze przyczyny: brak umiejętności radzenia sobie z emocjami, napięcie, stres, frustracja, problemy rodzinne (konflikty, brak uwagi), odrzucenie przez rówieśników, doświadczenie przemocy, niska samoocena, zaburzenia psychiczne (np. zaburzenia lękowe).

Wpływ zachowań ryzykownych na autoagresję jest bardzo silny – często te dwa obszary nakładają się na siebie i wzajemnie wzmacniają. U dzieci i młodzieży zachowania ryzykowne mogą być zarówno formą autoagresji, jak i czynnikiem, który ją pogłębia.

(Ciąg dalszy dot. zachowań ryzykownych w kolejnym numerze biuletynu).

Przez dziurkę od klucza...

W 20 lutego 2026 r. w restauracji Świetlik Bytomiu miało miejsce spotkanie z Wiceministrą Rodziny Pracy i Polityki Społecznej panią Aleksandrą Gajewską. Wydarzenie zorganizował Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej Województwa Śląskiego na czele z panią Dyrektorem Anną Zasada-Chorab. Na spotkaniu byli obecni kierownicy Regionalnych Centrów Wspierania Pieczy Zastępczej oraz rodziny zastępcze z całego województwa. Przedstawiciele częstochowskich rodzin zastępczych również wzięli udział w tym wydarzeniu.

Celem spotkania był dyskusja nad nowelizacją ustawy o wsparciu rodziny i systemie pieczy zastępczej. Pani Ministra przedstawiła rozwiązania, które zostały wypracowane w resorcie. Podczas spotkania rozmawiano o zasadności poszczególnych postulatów oraz ich konsekwencjach i zyskach dla rodzin.

Zmiany w projekcie nowelizacji ustawy obejmują dział asystentury rodziny (niektóre postulaty: nadanie asystentom praw pracowniczych, takich jakie posiadają pracownicy socjalni; wprowadzenie stopni awansu zawodowego; zmiana w zadaniach asystenta rodziny na wspierające, pedagogizujące, zaradcze; zwiększenie współpracy multiprofesjonalnej; możliwość zatrudniania tzw. asystentów powrotowych u organizatora pieczy zastępczej), jak również dział pieczy zastępczej (niektóre postulaty: wzrost wynagrodzeń dla rodzin zastępczych; wprowadzenie dodatku stażowego; osoba do pomocy w rodzinach spokrewnionych, możliwość utajenia przez sąd danych rodziny zastępczej; ochrona przewidziana dla funkcjonariuszy publicznych – dla rodzin zastępczych i pracowników systemu pieczy zastępczej).

Szerzej o zmianach w kolejnym numerze biuletynu.



UWAGA! Zmiany w wysokości świadczeń od 1 czerwca 2026

Zgodnie z obwieszczeniem ministra rodziny i polityki społecznej z 25 marca 2026 r. w sprawie wysokości kwot świadczeń przysługujących rodzinie zastępczej i prowadzącemu rodzinny dom dziecka oraz wysokości pomocy dla osoby usamodzielnianej (M.P. 2026 poz. 341), od dn. **01.06.2024 r.** wysokość świadczeń wynosi:



- Świadczenie na pokrycie kosztów utrzymania dziecka w rodzinie zastępczej spokrewnionej wzrosło z 1002 zł do **1075 zł**
- W przypadku rodziny zastępczej zawodowej, niezawodowej oraz rodzinnego domu dziecka – świadczenie na pokrycie kosztów utrzymania dziecka wzrosło z 1517 zł do **1628 zł**
- Dodatek do świadczenia na pokrycie zwiększonych kosztów utrzymania dziecka – wrósł z 306 zł do **328 zł**.
- Pomoc finansowa na kontynuowanie nauki dla usamodzielnionych wychowanków – wzrosła z 759 zł do **815 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 4998 zł do **5364 zł**. Osoba, która opuszcza inny typ rodziny zastępczej, rodzinny dom dziecka lub placówkę opiekuńczo-wychowawczą, w których przebywała dłużej niż trzy lata - otrzyma **10723 zł**. (do tej pory 9991 zł). Jeśli przebywała przez okres od 2 do 3 lat - otrzyma **5364 zł**.; jeśli przebywała przez okres od 1 roku do dwóch lat - otrzyma **2683 zł**.
- Pomoc na zagospodarowanie – wzrosła z 2272 zł do **2439 zł** (kwota podstawowa) oraz z kwoty 4542 zł do **4875 zł** (dla osób z umiarkowaną lub znaczną niepełnosprawnością).

Kącik poetycki - Marzena Grabińska



*Mamo,
nie ma Cię już od 228 dni.
Wysłaś do banku
i po zakupy –
i nie wróciłaś.
Tak samo kiedyś
zniknął tata.
Nie znam nawet
jego imienia.*

*Mamo,
nie wiem,
czy coś Ci się stało,
czy po prostu
nie chcesz mnie znać.
I nie wiem, co gorsze:
gdybyś nigdy nie wróciła,
czy to, że wrócisz
i nie będziesz mnie kochać.
Może zrobiłem coś złego?
Za mało się uczyłem,
robiłem bałagan w pokoju.*

*Mamo,
odkąd odeszłaś,
odszedłem też ja
ze świata liter
w świat cyfrowy.
Babcia nie zna tego
świata,
nie nauczy mnie go –
uczę się sam,
klik po kliku.*

*Mamo,
jeśli mnie słyszysz,
wróć.
Grozi mi coś strasznego:
życie
gorsze niż Twoje.*



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
orzv współudziale pracowników Stowarzyszenia "DLA RODZINY"