

A close-up photograph of two young girls. The girl in the foreground has long, wavy blonde hair and is wearing a blue denim jacket. She is smiling broadly, showing her teeth. The girl behind her has long, wavy reddish-brown hair and is also smiling. They appear to be hugging or embracing each other. The background is blurred, suggesting an outdoor setting.

MODEL PLACÓWKI DZIAŁAJĄCEJ W OPARCIU O EMPATIE

Wypracowany w ramach projektu ponadnarodowego „Empatia w edukacji i opiece nad małymi dziećmi”

MODEL PLACÓWKI DZIAŁAJĄCEJ W OPARCIU O EMPATIĘ

Wypracowany w ramach projektu
ponadnarodowego
„Empatia w edukacji i opiece
nad małymi dziećmi”

w ramach umowy powierzenia grantu
nr 484/2019/BZP/CPE/W.65.I.2019
w projekcie pn. „Ścieżki współpracy – wsparcie dla podmiotów
wdrażających współpracę międzynarodową”
w ramach działania: 4.3 Współpraca ponadnarodowa,
oś IV. Innowacje społeczne i współpraca ponadnarodowa

Koncepcja modelu powstała
jako wynik pracy merytorycznego zespołu ponadnarodowego.
Moderacja procesu: Design Thinking w Szkole Ewa Tomczak.

Podmiot wdrażający:
TAAki Maluch Żłobek Klub Przedszkole

Organ prowadzący placówkę:
Karolina Dobska-Mańko
Logos Architektura Umysłu, Poznań, Polska

Partnerzy:
POLKA OK, Monika Żak, Odense, Dania
Psycholog Agnieszka Kochanowicz, Kopenhaga, Dania

Opracowanie merytoryczne publikacji:
Agata Sęk, Marta Klancko

Redakcja, korekta publikacji:
Julia Szubert

Projekt i skład: Grzegorz Książkiewicz

Foto:
str. 01: Pexelsv on Pixbay
str. 04: Jonas Mohamadi on Pexels
str. 11: unsplash.com/@benwhitephotography
str. 14: jatocreate on Pixbay
str. 20: unsplash.com/@derpaschi
str. 23: freepik.com/prostooleh
str. 26: unsplash.com/@benwhitephotography
str. 29: unsplash.com/@pattybphoto
str. 31: unsplash.com/@anniespratt
str. 32: unsplash.com/@senjuti
str. 46: CC Weske on Reshot
str. 62: Jennifer Duncan on Reshot
str. 68: Regina Petkovic on Pixbay



**AGNIESZKA
KOCHANOWICZ**
P S Y C H O L O G



#projekt
FFW



(...) Dzieci znajdują się w bezpośredniej bliskości swoich biologicznych i psychicznych zasobów i przez ostrożne prowadzenie i wsparcie są w stanie znaleźć do nich świadomy dostęp. A kiedy raz się tego nauczą, zawsze będą mogli sobie przypomnieć, jak odnajduje się drogę do własnej pełni.

Jesper Juul, Helle Jensen,
„Empatia wzmacnia dzieci.
Trzyma cały świat razem”,
Wydawnictwo MiND,
Podkowa Leśna 2018.

SPIS TREŚCI

1. WARTOŚCI PLACÓWKI	6
2. OPIS PODEJŚCIA PEDAGOGICZNEGO	7
3. PROPONOWANE AKTYWNOŚCI	21
a. PROPOZYCJE AKTYWNOŚCI DLA DZIECI	22
b. PROPOZYCJE AKTYWNOŚCI DLA RODZICÓW	34
c. PROPOZYCJE AKTYWNOŚCI DLA PERSONELU	36
4. MODEL KOMUNIKACJI Z RODZICAMI	38
5. WDROŻENIE MODELU DLA RODZICÓW	43
6. WDROŻENIE MODELU DLA PERSONELU	47
7. LITERATURA POLECANA	58

1.

WARTOŚCI PLACÓWKI

- a. Odpowiedzialność osobista
- b. Poczucie bezpieczeństwa
- c. Empatia
- d. Zaufanie
- e. Autentyczność

2.

OPIS PODEJŚCIA PEDAGOGICZNEGO

Edukacja przez doświadczenie to nauka, która wywodzi się z działań danej jednostki w otaczającym ją świecie. To proces, w którym jednostka konstruuje wiedzę, nabywa umiejętności i zmienia oraz kształtuje swoją postawę pod wpływem **bezpośredniego doświadczenia** (doświadczenia relacji, empatii, autentyczności, swobodnej zabawy, kontaktu z naturą).

Aktywność dziecka służy poznawaniu otoczenia, coraz sprawniejszej orientacji w nim, szacowaniu własnych możliwości, nawiązywaniu kontaktów społecznych, przekształcaniu rzeczywistości, a nabiera ona dodatkowo znaczenia w kontekście dążenia jednostki do podkreślania swojej indywidualności w jednoczesnym poszanowaniu dla potrzeb innych osób. To, co dziecko będzie chciało robić, dlaczego, w jaki sposób, w jakim tempie, do czego będzie zmierzać, jak bardzo wynik jego działania będzie odbiegał od oczekiwanego, na ile będą to działania niestandardowe, stanowi o wartości podmiotu i tę wartość chcemy dostrzegać, nazywać i wzmacniać.

Nauka empatii. Popierając własne intuicje doświadczeniami i obserwacjami dobrych praktyk duńskich, uważamy, że empatia jest czymś kluczowym dla dobrego i zdrowego życia. Ludzie, a przede wszystkim dzieci, nie mogą rozwijać się, nie będąc częścią jakiejś wspólnoty. Od tej przynależności zależy zaspokojenie naszej potrzeby bycia kimś wartościowym dla innych. To tutaj właśnie empatia i współczucie stają się bardzo ważne, ponieważ dają nam możliwość pocucia ludzkiej akceptacji i bycia docenionym. Duński nauczyciel, a także nauczyciel w naszej placówce, jest bardziej **praktykiem relacji** niż ekspertem. Zgodnie z inspiracją duńskiej myśli pedagogicznej, najmocniejszym elementem budowania relacji w placówce jest po prostu autentyczne spotkanie dwóch istot ludzkich: nauczyciela i dziecka.

Pomysł treningów empatii pojawił się, aby dać dzieciom podstawowe narzędzia do bycia w kontakcie ze sobą, to znaczy ze swoim:

1. ciałem, 2. oddechem, 3. sercem, 4. kreatywnością i 5. obecnością.

Dobry kontakt ze sobą to wartość, którą dostajemy w momencie narodzin, ale potem często oduczamy się tej relacji z samym sobą, tracąc przez to część siebie. Wg Jespera Juula, pozostawanie w dobrym kontakcie z samym sobą bardzo pomaga znaleźć równowagę w życiu i jest dobrym punktem wyjścia do traktowania innych ludzi z empatią i współczuciem. To bardzo ważne, by myśleć o dobrym życiu dla wszystkich wokół. Praktykowane w duńskich żłobkach, przedszkolach oraz szkołach podstawowe ćwiczenia rozwijają świadomość własnego oddychania czy ruchu, wzmacniają poczucie bycia wspólnotą i uczą troski o siebie (wzajemne masowanie barków, a potem bardziej zaawansowane grupowe mindfulness, ćwiczenia z oddechem i joga).

Jak możemy przygotować dzieci do dobrego życia? Dzieci uczą się życia z relacji, których same są częścią. To znaczy, że możemy stać się dla nich nauczycielem i wzorem przez to, jak sami żyjemy i jacy jesteśmy. Przez bycie dobrym wzorem Duńczycy rozumieją traktowanie dzieci z empatią, okazywanie im naszego uznania (czego nie należy mylić z chwaleniem) oraz jasne pokazywanie, kim sami jesteśmy, czyli bycie autentycznym. Dzięki temu dziecko oprócz roli nauczyciela czy rodzica może zobaczyć człowieka, który jest ukryty gdzieś w nas, w środku. I mimo, że jako dorośli posiadamy większą władzę oraz większą odpowiedzialność za relację z dzieckiem, to zawsze powinniśmy traktować je jako istoty o równej nam godności. To jest zasadnicza sprawa dla dobrego życia dziecka. I daje szansę na to, że ono samo będzie podobnie traktowało innych ludzi.

W wyniku kilkuletniego funkcjonowania jako placówka edukacyjna i opiekuńcza dla dzieci, a następnie w trakcie prac zespołu nad modelem placówki działającej w oparciu o empatię, wyodrębniliśmy zasady i filary, na których opiera się nasze podejście pedagogiczne.

BRAK KAR I NAGRÓD, ZAMIAST NICH PRACA NA KONTRAKCIE, ZASADACH I RELACJACH

Stosowanie kar i nagród kształtuje u dzieci osobowość zewnątrzsterowną, co oznacza, że dzieci będą podejmować pewne działania tylko po to, by uzyskać nagrodę lub uniknąć kary. My chcemy u dzieci wykształcić **motywację wewnętrzną**, tak by zachowywały się w określony sposób dlatego, że przyjętą w placówce zasadę uznały za własną.

Na początku współpracy z dziećmi ustalamy kontrakt – czyli zasady według których będziemy działać w naszej grupie. Zasady obowiązują obie strony! Muszą być przez obie strony akceptowane, wszyscy powinni się pod kontraktem podpisać/zrobić pieczętkę paluszkami/narysować swój znaczek. Zasady obrazujemy z pomocą rysunków, zdjęć. Żeby te zasady ustalić, zadajemy dzieciom pytania pomocnicze, np.: „Czy są w żłobku/przedszkolu takie sytuacje, które wam przeszkadzają/które chcielibyście zmienić?”, „Jak być dobrym kolegą?”.

Zasady formułujemy bez negacji, to znaczy zamiast mówić: „NIE biegamy”, mówimy „BIEGAMY NA DWORZE”. W trudnych sytuacjach **odwołujemy się do zasad**, w razie potrzeb ustalamy nowe/modyfikujemy dotychczasowe. Uczymy dzieci **odpowiedzialności za siebie i swoje rzeczy** (jeśli dziecko przynosi zabawkę do przedszkola, to ono się o nią troszczy i dba, tak samo jak opiekun dba o swoje rzeczy przynoszone do pracy). Korzystamy z piktogramów/obrazków/zdjęć wieszanych na wysokości oczu dziecka, by przypominać mu o panujących zasadach i odpowiedzialnościach, np. przy kranie w łazience piktogram przypominający o oszczędzaniu wody, w szatni obrazek przypominający o tym, co powinno ubrać zanim wyjdzie na dwór np. w zimie.

BĄDŹ AUTENTYCZNY:

Wyraź swoje uczucia, granice osobiste, nie atakując charakteru dziecka: „Lubię kiedy jesteś z nami na dywanie podczas powitania”, „Potrzebuję, żebyś usiadł bliżej grupy, czuję niepokój, gdy cię nie widzę”.

➔ **Określ swoje oczekiwania:**
„Chcę, żebyś do nas dołączył”.

➔ **Wskaż dziecku, jak może rozwiązać sytuację:**
„Chcę, żebyś wybrał sobie miejsce w okolicy dywanu”, „Chcę, żebyś wybrał sobie miejsce, w którym będzie Ci wygodnie. Ważne, aby było to w tej części sali”.

➔ **Zaproponuj wybór:**
„Wybierając miejsce możesz zdecydować, czy wolisz siedzieć na poduszce, dywanie czy podłodze. Zależy mi na tym, żebyś pamiętał, że wspólne powitania są dla mnie ważne. Co pomoże Ci o tym pamiętać? Czy mogę zrobić coś, co będzie Ci o tym przypominać?”

➔ **Przejmij inicjatywę:**
dziecko: „Dlaczego nie mogę siedzieć w sali obok?”
opiekun: „Ty mi powiedz, dlaczego?”

➔ **Wspólnie rozwiąż problem/ustal zasadę:**
„Ustalmy taką zasadę: codziennie przed przywitaniem będę informowała z wyprzedzeniem, że zaczynamy układać poduszki na dywanie. Będzie to sygnał do tego, że czas przejść do drugiej sali. Co jeszcze mogłoby być takim sygnałem? Co pomoże Ci w dołączeniu do nas?”

Jeśli chcemy, aby budowane z dziećmi relacje były autentyczne, powinniśmy pamiętać o umieszczeniu w kontrakcie zasady odnoszącej się do wzajemnego uwzględniania swoich potrzeb. Może zdarzyć się tak, że w trakcie wspólnej pracy zaistnieje potrzeba przeformułowania lub zmiany zasady.

PRACA Z RODZICAMI – TAKŻE NA KONTRAKCIE, ZASADACH I RELACJACH

Na początku współpracy, na pierwszym zebraniu/spotkaniu z rodzicami, ustalamy **kontrakt**, czyli zasady, według których będziemy działać w grupie rodziców i opiekunów/pedagogów. Zasady ustalane są wspólnie, bo każda ze stron jest za budowaną relacją odpowiedzialna. Zapewniamy przestrzeń do dyskusji w kwestii proponowanych przez kadrę zasad. Mówimy językiem „**my**”, nie dzielimy na grupę rodziców i kadry. Obecność dyrektora jako strony w relacji jest mile widziana. Każdy nowy rodzic zapoznawany jest z kontraktem i podpisuje się pod nim (nawet jeśli dołącza do grupy w czasie roku).

Proponujemy, by rodzice kontynuowali w domu podejście pedagogiczne, które prezentujemy. Z rodzicami i dziećmi **pracujemy na zasobach**, mówimy o mocnych stronach dzieci, o miłych chwilach dziecka w ciągu dnia, o tym co, dziecku się danego dnia udało. Kiedy pojawia się trudność, unikamy słowa „problem”, zamiast niego mówimy: „obszar do wzmocnienia”. W pracy z rodzicami również koncentrujemy się na tym, co rodzicowi „wychodzi”, na strategiach, które działają w kontekście regulacji i wychowania dziecka. Nie oceniamy i nie krytykujemy rodziców, oni są najlepszymi ekspertami od swoich dzieci – wzmocniamy rodziców i budujemy ich poczucie własnej wartości. Jesteśmy wobec nich **empatyczni**. **(Ważnymi składnikami empatii są: przyjmowanie perspektywy drugiej osoby, uznanie jej za prawdziwą, pozostanie bez oceny wobec tego doświadczenia oraz rozpoznawanie i nazywanie uczuć.)***

BUDUJ RELACJĘ Z DZIECKIEM I DBAJ O NIĄ!

Dzieci nie będą respektować wspólnie ustalonych zasad, jeśli nie zbudują relacji z opiekunem. Dzieci współdziałają tylko z opiekunem, z którym są blisko, dla którego czują się ważne i wyjątkowe. Zdarza się, że potrzebują więcej czasu, aby w relację wejść – obserwuj ich gotowość, nie przekraczaj granic. Zanim przytulisz, zapytaj: czy mogę cię przytulić? Jesteśmy wobec dzieci empatyczni.



Ważnymi składnikami empatii są: przyjmowanie perspektywy drugiej osoby, uznanie jej za prawdziwą, pozostanie bez oceny wobec tego doświadczenia oraz rozpoznawanie i nazywanie uczuć.

* Theresa Wiseman, „A concept analysis of empathy”, Journal of Advanced Nursing, 1996.

➔ Wzmacniaj relacje zwłaszcza z tymi dziećmi, z którymi współpracuje Ci się najtrudniej.

Kiedy obserwujemy u dziecka **zmianę zachowania**, to jest dla nas sygnał, że być może nastąpiło zerwanie więzi między mną (opiekunem) a dzieckiem, prawdopodobnie nie została zaspokojona jakaś jego potrzeba. Sprawdzamy, o jaką potrzebę chodzi, pytamy: czego byś potrzebował(a)/czego ci brakuje? Nie zawsze wiemy, jakie jest rozwiązanie, ale samo **dostrzeżenie potrzeby** dziecka czasem wystarczy, by dziecko poczuło się zauważone i zrozumiane.

W konfliktach między dziećmi nie szukamy winnych tylko **mediujemy** – czego każde z dzieci potrzebuje? Staramy się, aby dzieci wzajemnie usłyszały swoje potrzeby. W sytuacji konfliktu zachęcamy dzieci do tego, żeby wysłuchały, czego potrzebuje kolega/koleżanka i powtórzyły to, co usłyszały. **Sposób, w jaki możemy połączyć potrzeby dzieci, między którymi pojawił się konflikt, stanowi rozwiązanie.**

Uczymy się i praktykujemy **wdzięczność** – włączamy do naszego języka zwroty: „Dziękuję...”, „Jestem ci wdzięczny/wdzięczna...”, „Lubię kiedy...”, „Podoba mi się...”, „Doceniam...”. Możemy okazywać dziecku wdzięczność za coś, co wydarzyło się w ciągu dnia, albo choćby za podjętą próbę bycia w jakiejś aktywności. Dziękujemy też sobie nawzajem. Jako formę pożegnania praktykujemy duńskie „dziękuję za dzisiaj!”.

Uczymy także wdzięczności dzieci, pytamy: „Co ci się dziś najbardziej podobało/co ci się dziś udało/co cię ucieszyło/pozytywnie zaskoczyło?”. Możemy to pytanie zadawać dziecku przy odbiorze z placówki tak, żeby modelować zachowanie rodzica i uwrażliwiać go na to, co jest dla dziecka cenne.

BUDUJEMY RELACJĘ Z RODZICEM

Bazą dla współpracy z rodzicami jest dla nas **zaufanie i przekonanie o dobrych intencjach obu stron.**

Relację budujemy przede wszystkim dzięki empatycznej komunikacji. Używamy **języka żyraby (NVC – Nonviolent Communication)**: zamieniamy oceny i interpretacje, na fakty i spostrzeżenia. Nazywamy uczucia dziecka, które sygnalizują o potrzebach oraz pomagamy znaleźć sposób zaspokojenia tych potrzeb. W komunikacji z dziećmi czy rodzicami ważne jest też to, że wiemy, po co coś mówimy (jaka jest **intencja** przekazywania tych informacji czy zadawania pytań) i że może być to wypowiedziane głośno.

Mówimy: „Tadziu uderzył dzisiaj Olę dwa razy” zamiast oceny: „Tadziu jest agresywny”. W drugim kroku – jeśli jest taka potrzeba – nazywamy uczucia, które pojawiły się u dziecka, np.: „Tadziu czuł smutek/złość, bo potrzebował kontaktu z innym dzieckiem”. W kolejnym kroku nazywamy niezaspokojoną potrzebę dziecka, która wywołała dane zachowanie, np. „Tadziu bardzo chciał być wzięty pod uwagę i przyłączyć się do zabawy z Olą, to z tego powodu, kiedy go nie zauważyła, uderzył ją dwa razy. Rozmawiałam z Tadzkiem, jak można inaczej zwrócić uwagę Oli. Gdyby zdarzyła się taka sytuacja na placu zabaw, też może mu pani/pan podpowiedzieć, w jaki sposób nawiązać kontakt z innym dzieckiem”.

Używamy języka NVC także w kontekście emocji i potrzeb rodzica, jednak zwracamy uwagę na to, na ile dany rodzic jest gotowy na proponowany język komunikacji.

Możemy zadać różne pytania w zależności od sytuacji: „Czy to panią/pana zasmuciło/zmartwiło? Czego pani/pan potrzebuje, żeby poczuć się lepiej?/Co pani/panu pomoże?/Co mogę dla pani/pana zrobić?” Duży wpływ na jakość rozmów z rodzicami mogą mieć wszelkie warsztaty edukacyjne oraz codzienne praktykowanie komunikacji empatycznej.

JĘZYK OSOBISTY I NVC

JĘZYK OSOBISTY

Słowa stwarzają rzeczywistość. Ogromne znaczenie ma język, w jakim mówisz do dziecka. **Mów językiem osobistym – używaj komunikatów „ja”:**

Ja chcę...

Ja nie chcę...

Nie podoba mi się/podoba mi się...

Przykład: Chcę, żebyś odłożył zabawkę, bo teraz jest czas zajęć, a nie swobodnej zabawy.

Nie używaj formy trzecioosobowej, gdy mówisz o sobie lub o dziecku, bo to osłabia przekaz. Nigdy nie mów: „ciocia wam teraz poczyta”, „ciocia się zdenerwowała”, „ciocia pokaże Adasiowi”, zawsze mów o sobie w pierwszej osobie i zwracaj się bezpośrednio do dziecka. Nie używaj też formy „nie wolno”, która jest zupełnie abstrakcyjna i oderwana od osoby. Pamiętaj, **dzieci współdziałają z Tobą dlatego, że jest dla nich ważna Wasza relacja.**

W założeniu NVC, działania jakie podejmujemy, służą zaspokojeniu ważnych potrzeb. Konkretne zachowanie jest więc strategią umożliwiającą zaspokojenie potrzeby. Uczucia natomiast stanowią komponent informujący, że dana potrzeba została lub nie została zaspokojona.

GDY DZIECKO MÓWI NAM „NIE”, PRAWDOPODOBNIEM TYM SAMYM MÓWI „TAK” SWOIM POTRZEBOM.

Przykładowe potrzeby:

NVC

Kontakt z samym sobą:

- autentyczności,
- wyzwania,
- uczenia się,
- jasności,
- świadomości,
- kompetencji,
- kreatywności,
- integralności,
- samorozwoju / wzrostu,
- autoekspresji / wyrażania własnego „ja”,
- poczucia własnej wartości,
- samoakceptacji,
- szacunku dla siebie,
- osiągnięć,
- prywatności,
- sensu,
- poczucia sprawczości i wpływu na swoje życie,
- całości / jedności,
- spójności,
- rozwoju,
- stymulacji, pobudzenia,
- zaufania,
- świętowania zaspokojonych potrzeb, spełnionych marzeń, planów i opłakiwania niezaspokojonych,
- celu.

Związku między ludźmi:

- przyczyniania się do wzbogacania życia,
- informacji zwrotnej,
- przynależności,
- wsparcia,
- wspólnoty,
- kontaktu z innymi,
- towarzystwa,
- bliskości,
- dzielenia się smutkami i radościami,
- więzi,
- uwagi, bycia wziętym pod uwagę,
- bezpieczeństwa emocjonalnego,
- szczerości,
- empatii,
- współzależności,
- szacunku,
- równych szans,
- bycia widzianym,
- rozumienia i bycia zrozumianym,
- zaufania,
- otuchy,
- miłości,
- intymności,
- siły grupowej,
- współpracy,
- wzajemności.

Związku ze światem:

- piękna,
- kontaktu z przyrodą,
- harmonii,
- porządku,
- spójności,
- pokoju.

Potrzeby fizyczne:

- powietrza,
- pożywienia i wody,
- ruchu,
- odpoczynku,
- snu,
- wyrażania swojej seksualności,
- dotyku,
- bezpieczeństwa fizycznego.

Autonomii:

- wybierania własnych planów, celów i marzeń,
- wybierania własnej drogi prowadzącej do ich realizacji,
- wolności,
- przestrzeni,
- spontaniczności,
- niezależności.

Radości życia:

- zabawy,
- humoru / radości,
- łatwości,
- przygody,
- różnorodności / urozmaicenia,
- inspiracji,
- prostoty,
- dobrostanu fizycznego i emocjonalnego,
- komfortu / wygody,
- nadziei.



Korzystaj z języka żyrafy

Krok 1

Obserwacja, czyli widzenie danej sytuacji tak, jak ją widzi kamera wideo. W NVC chodzi o to, by nauczyć się widzieć rzeczy takimi, jakie one są, nie zaś takimi, na jakie wyglądają. Nie wydajemy ocen, nie krytykujemy.

Krok 2

Mówimy, **co czujemy**, kiedy słyszymy wypowiedziane przez drugą osobę słowa lub widzimy jej zachowanie.

Krok 3

Czas na **wyrażenie własnych potrzeb**, które ukrywają się za nazwanymi uczuciami; czas odpowiedzieć na pytanie: „czego potrzebuję?”

Krok 4

Wyrażenie prośby, czyli sformułowanie konkretnego działania, możliwego do realizacji w określonym czasie i określonej przestrzeni. Zdefiniowanie prośby służy wzbogaceniu życia, mojego lub twojego, nie zaś zobowiązania drugiej osoby do oddania przysługi. o ile pierwsze trzy kroki są niezbędne do nawiązania pełnego porozumienia, o tyle ten czwarty krok nie zawsze musi się pojawić. Czasem wystarczy wypowiedzieć, nazwać to, co czujemy i czego potrzebujemy, aby poczuć ulgę i zrozumienie.

Przykład

→ Wobec dziecka:

- (1) **Antku, kiedy słyszę, jak mówisz „jesteś głupi” do kolegi,**
 - (2) to czuję smutek,
 - (3) bo chciałabym, żebyśmy używali słów, które nie ranią nikogo.
 - (4) Czy możesz mi powiedzieć, co Cię rozzłościło?
- (1) **Antku, kiedy widzę, jak odkładasz książeczki na półkę,**
 - (2) to czuję radość,
 - (3) bo ważna jest dla mnie troska o naszą wspólną przestrzeń i bezpieczeństwo.
 - (4) Dziękuję, że sprządasz po zabawie.

→ Wobec rodzica:

- (1) **Kiedy spóźnia się pan trzeci raz w tym tygodniu i Antek nie ma okazji zjeść śniadania z innymi dziećmi,**
- (2) to czuję niepokój,
- (3) bo Antek potrzebuje chwili, aby poczuć się częścią grupy i wspólny posiłek bardzo mu w tym pomaga.
- (4) Czy jutro mógłby pan przyjść z dzieckiem do godziny x? Jeśli to jest niemożliwe, proszę powiedzieć, co stoi na przeszkodzie i zastanowimy się, jak Antkowi ułatwić początek dnia w przedszkolu.

NAZYWAMY EMOCJE I POMAGAMY JE DZIECIOM WYREGULOWAĆ

Każdego dnia przeżywamy różne emocje – dzieci i dorośli. Wszystkie emocje są w porządku, smutek i złość również. Taki komunikat przekazujemy dzieciom, ale także rodzicom. **Zadaniem dorosłych nie jest ochrona dzieci przed trudnymi emocjami (smutek, złość, lęk, itp.), zadaniem dorosłych jest towarzyszenie w nich dzieciom oraz pomoc w ich regulacji. Twoim zadaniem jest rozpoznawać emocje u dzieci, nazywać je i proponować społecznie akceptowany sposób na ich ukojenie/rozładowanie.**

Tu też pamiętaj o języku osobistym i NVC.

PRZYKŁADY:

- „Widzę, że jesteś smutny” (nazwanie emocji). „Chcesz się przytulić?” (propozycja regulacji)

- „Czego potrzebujesz?/ Widzę, że jesteś zły. Chętnie dowiem się, co cię tak rozzłościło, że kopnąłeś Marka. Jeśli potrzebujesz się najpierw uspokoić, możemy zrobić razem kilka oddechów”. (Inne propozycje: możesz położyć się na macie / możesz poprzytulić przytulanki albo mnie / możesz położyć się, a ja narysuję coś na twoich plecach. Co wolisz? Co ci pomoże?)

- Zabawa w rakietę - wysyłanie złości w kosmos: szybko tupiemy razem z dzieckiem nogami, intensywnie klepiemy rękoma po udach, brzuchu, klatce piersiowej i kończymy wyskokiem w górę z rękoma złączonymi jak rakieta. Dobrze dołączyć do tego świadomy oddech albo okrzyk na końcu (np. „HA!”)

Emocje rodzą się w ciele, dlatego ważne są ćwiczenia regulacji emocji i uważności oparte na pracy z ciałem (np. trening Jacobsona, joga, cisza, praca z głosem, praktykowanie uważności). Co się dzieje z moim ciałem, kiedy przychodzi do mnie złość? Po czym poznaję, że czuję złość?

Ważnym aspektem rozpoznawania własnych emocji i ich regulacji jest **oddech** i praca z nim. Przeżywane przez dzieci i dorosłych emocje, zwłaszcza te o dużej intensywności, natychmiast znajdują odbicie w sposobie oddychania, zaburzając jego gładki, nieprzerwany rytm. Strach sprawia, że oddech staje się przyspieszony i szybki, w złości łapiemy krótkie i szybkie hausty powietrza, które następnie z impetem wydychamy. Smutek wywołuje szloch, a uczucie ulgi manifestuje się często westchnieniem. Czując ból, zwykle wstrzymujemy oddech, co może wpływać zarówno na sam proces oddychania, jak i nasze emocje. Tymczasem uczucia, takie jak radość, miłość czy ulga, którą czujemy, sprawiają, że oddech staje się powolny i rytmiczny, co daje nam poczucie spokoju i błogostanu. Nagłe przeżycie, wstrząs czy niespodzianka, sprawiają, że oddychamy w sposób paradoksalny: w reakcji na zaskoczenie – w chwili, gdy łapiemy krótkie i płytkie oddechy – klatka piersiowa się rozszerza, a brzuch napina. Jeśli taka sytuacja się powtarza dostatecznie często, to ciało przystosowuje się do takiego modelu oddychania i po jakimś czasie nawet najmniejszy stres wywołuje tego typu reakcję. Wzajemne oddziaływanie na siebie oddychania i umysłu, stwarza możliwość kształtowania stanu emocjonalnego u dzieci dzięki świadomemu regulowaniu i wypracowaniu określonego sposobu oddychania. Sięgnij po konkretne ćwiczenia z rozdziału: AKTYWNOŚCI DLA DZIECI.

KSZTAŁTUJEMY INTEGRALNOŚĆ PSYCHICZNĄ

Nie oceniamy i nie porównujemy. Sformułowanie „jesteś grzeczny/niegrzeczny”, „źle się zachowujesz” – to oceny. Za oceną i krytyką stoją niespełnione potrzeby osoby, która tej krytyki dokonuje. **Komunikaty oceniające budują w dzieciach poczucie winy i wstydu, na skutek czego tracą one poczucie własnej wartości.** Mniej stają się sobą, a bardziej tą osobą, którą chcieliby widzieć w nim opiekunowie. Wzmacniamy więc dzieci pozytywnie: kiedy w kole siedzi tylko dwójka dzieci i czeka na rozpoczęcie piosenki, zauważ właśnie tych siedzących i powiedz o tym głośno, nie koncentruj się na tych, którzy biegają wokół koła.

Rozwój rozumiemy nie tylko w kontekście zdobywanych umiejętności i wiedzy poznawczej, ale w czterech aspektach (metafora stołu, który ma 4 nogi – nasze dzieci też mają cztery „nóżki”): rozwój poznawczy, emocjonalny, społeczny i ruchowy. W naszej placówce każdy z tych aspektów jest dla nas równie ważny. W rozmowie z rodzicem o „nogach” dziecka mówimy, który obszar jest mocny (**narracja o zasobach**), a który obszar można wzmacniać (nie używamy słowa „problemy”).

Sami również wspieramy w codziennej pracy rozwój dziecka w czterech obszarach: poznawczym, emocjonalnym, społecznym i ruchowym, wykorzystując jego zasoby. Na przykład: jeśli dziecko lubi zwierzęta i często się nimi bawi, możemy wpleść do zabawy element związany z rozwojem emocjonalnym, pytając: „Jak dziś czują się te zwierzęta?”. Jeśli bardzo lubi rysować, ale nie przepada za liczeniem, warto by rysowało to, co ma do siebie dodać.

Propagujemy równowagę między zajęciami projektowanymi, a kreatywną nudą – zabawa swobodna jest dużą wartością.

ZASPOKAJAMY POTRZEBĘ BYCIA DOSTRZEŻONYM

Dostrzegamy na co dzień, jakie dziecko jest i to akceptujemy. Znow korzystamy z języka osobistego:

„Widzę, że dużo radości sprawia ci samodzielne sznurowanie butów”.

„Widzę, że lubisz mi pomagać - wycierać stoliki po obiedzie”.

Ale także:

„Widzę, że to dla ciebie trudne – wyjść teraz na dwór”.

Budujemy w dzieciach poczucie własnej wartości – to znaczy dajemy im wiedzę o nich samych, zarówno o tym, co dla nich miłe i łatwe, ale też co dla nich trudne. i wyrażamy akceptację dla tego stanu rzeczy. Dzięki temu dowiadują się, kim są i słyszą, że to jakie są, jest w porządku.

JESTEŚMY SPÓJNI (W GRUPIE DZIECI PRACOWNIKÓW / RODZICÓW)

Słowa stwarzają rzeczywistość, ale też mają moc budowania **autorytetu**. Kiedy mówisz coś, ale to nie ulega realizacji, dzieci postrzegają cię jako osobę niegodną zaufania i uwagi. Ustalone zasady muszą być przestrzegane. Pamiętaj o konsekwencji. Jeśli jesteś w trudnej sytuacji, zawsze doprowadzaj ją do końca, zgodnie z obowiązującą zasadą. Jeśli dziecko nie robi tego, o co prosisz, daj mu wybór, np.: „Teraz jest czas mycia zębów. Pójdiesz do łazienki sama czy za rękę?”.

Dzieci w 95 procentach wybiorą dogodniejsze rozwiązanie i spełnią Twoją prośbę. Jeśli nie, Twoje słowa muszą ważyć – jeśli dziecko nie wstanie i nie pójdzie samo, nie będzie też chciało dać Ci ręki, bierzesz je na ręce ... i niesiesz do łazienki. Bo przecież teraz jest czas na mycie zębów!

Jesteśmy także spójni w stosunku do siebie nawzajem w grupie pracowników. Umawiamy się na konkretne podejście wobec dzieci i rodziców i mówimy jednym głosem, wspieramy się nawzajem w przestrzeganiu ustalonych zasad i form komunikacji.

Jesteśmy spójni wobec rodziców – mówimy jednym głosem, ustalonym komunikatem, przekazujemy spójne informacje. Realizujemy to, na co się umawiamy.

WSPIERAMY W SAMODZIELNOŚCI

Wspieramy dzieci w samodzielności – to znaczy, że nie wyřęczamy ich w czynnościach, które mogą zrobić same (np. nasypać sobie grzanek do zupy, rozdać widelce, wejść po schodach, ubrać się, skorzystać z toalety). Ustalamy dyżury dzieci, które pomagają nauczycielowi w danym dniu w przygotowywaniu posiłków, korzystamy z graficznych przedstawień na wysokości oczu dziecka w codziennym przypominaniu o zadaniach do wykonania (np. rysunek głowy w czapce w szatni). Zachęcamy dzieci do aktywnego uczestnictwa w pracach porządkowych, zarówno w budynkach, jak i na zewnątrz (np. pomoc w grabieniu liści w ogrodzie, wycieranie stolików po posiłkach i zabawach plastycznych). Edukujemy w tej kwestii rodziców (tabele na gazetce w szatni/na FB: co potrafi dwulatek, trzylatek, czterolatek, etc.) i prosimy o kontynuację nauki samodzielności w domu.

Korzystamy z założeń teorii rozwoju Wygotskiego, który mówi o „**strefie najbliższego rozwoju**”. Ta strefa stanowi obszar, który dla dziecka jest jeszcze nieznanym, ale dostępnym dla jego możliwości. Zadania stawiane dziecku, które stanowią strefę najbliższego rozwoju są dla niego wyzwaniem i wymagają wysiłku, aby mogło się z nimi zmierzyć. Dzięki temu dziecko stale się rozwija oraz ma poczucie sukcesu, co bardzo pozytywnie wpływa na poczucie jego własnej wartości.

KONTAKT Z NATURĄ I ZABAWA SWOBODNA

Bardzo ważny jest dla nas kontakt z naturą i przebywanie dzieci na dworze. Z założenia dzieci przebywają w ciągu dnia dwa razy na dworze: po zajęciach porannych idziemy na spacer, po drzemce wychodzimy na podwórko/ogród. Podkreślamy wagę zabawy swobodnej.

W teorii wygotskiego zabawa odgrywa w procesie edukacji podstawową rolę. W czasie zabawy bowiem dzieci są bardzo mocno zaangażowane w wyobrażone sytuacje, w których z jednej strony przyjmują określone role, z drugiej strony zaś same wyznaczają obowiązujące w niej zasady. Kiedy na przykład bawią się „w rodzinę”, przyjmują określone role, które z góry determinują ich działania. Zabawa taka prowadzi zatem do większego poziomu samokontroli, gdyż wszystkie działania dzieci są określone przez zasady gry, które same sobie przecież stworzyły. Gdy dzieci angażują się w zabawę, ich skupienie i zaangażowanie w spełnienie zadania jest znacznie większe, niż wtedy gdy przychodzi im wykonywanie działań „o charakterze akademickim”, czyli wymyślanych przez nauczyciela.

ZMIANA JAKO WARTOŚĆ

Życie to zmiana, więc w naszej placówce uczymy dzieci, jak sobie z nią radzić i się adaptować.

Zmiany kadrowe, powitanie czy pożegnanie dziecka/rodziców są okazją do świętowania. Organizujemy pożegnania nauczycielowi/opiekunowi, który odchodzi – nie tylko w gronie dzieci, ale zapraszamy także do pożegnania rodziców (np. ostatniego dnia pracy opiekuna/nauczyciela zapraszamy rodziców od godz. 16 do 17 na pożegnalną kawę – informujemy o tym tydzień wcześniej, na FB i mailem z podsumowaniem tygodnia). Przywitanie nowego opiekuna/nauczyciela i uwaga – rodziców również – przybiera podobną formę (rodzica wraz z dzieckiem popołudniową porą witamy po zakończeniu tygodniowej adaptacji).

Dbamy o to, aby w szatni była informacja na temat aktualnego składu personelu placówki wraz z opisem (imię i nazwisko, stanowisko).

W grupie dzieci dbamy o „rotację” w relacjach i kształtowanie umiejętności nawiązania kontaktu z różnymi dziećmi – zmieniamy czasem miejsce krzesełek dzieci, tak by przez jakiś czas siedziały przy innych niż dotychczas kolegach i koleżankach. Proponujemy zmienność w czasie zajęć – przy jednym stoliku proponujemy jedną aktywność, przy drugim inną – dziecko może wybrać, a po zakończonym zadaniu może zmienić formę działania.

”

Potrzebni są nam nauczyciele, którzy dysponują nie tylko wiedzą fachową ze swojej dziedziny, ale także posiadają prawdziwy autorytet. Autentyczność i autorytet można wzmacniać poprzez praktykę i ćwiczenia, które przywracają kontakt z własnym sercem, ciałem, świadomością, oddechem i kreatywnością. Ich celem jest rozwijanie kompetencji relacyjnych nauczyciela (...). Jeśli nauczyciel zdoła pozostać przez większość czasu autentyczny i otwarty na relację, jego wpływ na dzieci i całą wspólnotę klasy będzie znaczący. (...) Właśnie taki wartościowy kontakt z nauczycielem wspiera u dzieci rozwój empatii, uważności i przynosi poczucie wewnętrznego bezpieczeństwa.

Jesper Juul, Helle Jensen,
„Empatia wzmacnia dzieci.
Trzyma cały świat razem”,
Wydawnictwo MiND,
Podkowa Leśna 2018.

3.

PROPONOWANE AKTYWNOŚCI

A. PROPOZYCJE AKTYWNOŚCI DLA DZIECI

PODCZAS OBSERWACJI ZACHOWANIA DZIECI I OPIEKUNÓW W DUŃSKICH PLACÓWKACH, JEDNYM Z PIERWSZYCH ZAOBSERWOWANYCH ZJAWISK BYŁ SPOKÓJ PANUJĄCY W SALACH. DZIECI BAWIŁY SIĘ ZE SOBĄ I OPIEKUNAMI, A ILOŚĆ WYSTĘPUJĄCYCH KONFLIKTÓW CZY SILNIE EMOCJONALNYCH ZDARZEŃ BYŁA NIEWIELKA.

Opiekunowie reagowali na bieżące potrzeby dzieci. W przypadku dzieci młodszych, nazywając emocje, zauważając to, co się wydarzyło, natomiast w przypadku dzieci starszych, zostawiając im przestrzeń na wsłuchanie się w siebie, czekając aż dziecko samo dokona identyfikacji własnych uczuć i zdecyduje, czy w danej sytuacji potrzebuje wsparcia opiekuna, czy też jest w stanie samo wymyślić rozwiązanie.

W wielu przypadkach pozwalano dzieciom na samodzielne decydowanie o przebiegu danej aktywności, w tempie dostosowanym do ich potrzeb. Plan dnia skonstruowano w taki sposób, aby wyeliminować napięcie związane z pośpiechem w realizacji zadań. Dzieci podzielono na mniejsze grupy (np.: jedna grupa szła na ogród, dwie zostawały w sali, ale realizowały różne aktywności), co prawdopodobnie zmniejszyło poziom pobudzenia związany z dużą liczbą dzieci w małej przestrzeni.

Kilkakrotnie podkreślono, jak ważnym elementem dnia jest bycie w kontakcie z naturą, przebywanie na zewnątrz. Podczas obserwacji, opiekunowie nie tylko odpowiadali na potrzeby dzieci, ale również wyrażali własne, głównie w sytuacjach, kiedy działo się coś niepokojącego lub prosili dzieci o zmianę aktywności. Uważamy, że **budowanie atmosfery spokoju, wolniejsze tempo pracy**, ale również **podążanie za dziećmi** to dobre praktyki, które z powodzeniem możemy przenieść na płaszczyznę naszej placówki.

Zaproponowane poniżej aktywności mają na celu rozwijanie empatii, rozumianej jako umiejętność bycia w kontakcie z samym sobą, umiejętność bycia w autentycznym kontakcie z innymi, ale także poczucie bycia częścią większej wspólnoty.

PRACA Z ODDECHEM

TERAPIA ODDECHOWA WYKORZYSTYWANA
JEST DO POPRAWY ZDROWIA PSYCHICZNEGO
DZIECI I DOROSŁYCH – JEST RODZAJEM
INTERWENCJI SŁUŻĄCEJ WYKLUCZENIU
NIEPOŻĄDANEGO SCHEMATU REAKCJI
EMOCJONALNYCH LUB UZYSKANIU
NAD NIM KONTROLI.



Opisane poniżej ćwiczenia zaliczamy do technik oddechu kontrolowanego. Wkomponowanie ich w rytm codziennych zajęć i plan dnia dzieci oraz ich regularne wykonywanie przyczyni się do lepszego funkcjonowania organizmu, zredukowania niepokojów w grupie i możliwości wystąpienia bezdechu u dzieci.

- ➔ Powolny, równomierny i spokojny przepływ powietrza przez drogi oddechowe. Zalecany schemat oddychania kosztuje mniej wysiłku niż pospieszne, wytężone oddychanie, zapobiegając nadmiernemu zmęczeniu.
- ➔ Wciąganie powietrza przez nos. Jedynie nos jest przystosowany do skutecznego filtrowania, ogrzewania i nawilżania wdychanego powietrza przed skierowaniem go do płuc; mięśnie brzucha powinny być rozluźnione, aby umożliwić jego swobodne rozciągnięcie się podczas wdechu.
- ➔ Wydech przez ściągnięte wargi (jak podczas gwizdania lub studzenia gorącego napoju). Dzięki takiemu wydechowi powietrza drogi oddechowe dłużej są otwarte i mniej uwięzionego powietrza pozostaje po wydechu w pęcherzykach płucnych.
- ➔ Wydech dłuższy niż wdech. Idealne proporcje to wydech dwukrotnie dłuższy niż wdech. W ten sposób skuteczniej pozbywamy się zużytego powietrza.

Najlepiej po raz pierwszy przystępować do ćwiczeń w porze przeznaczonej na odpoczynek, próbując je wykonywać w różnych pozycjach, aby szybciej się z nimi oswoić. Później można ćwiczyć w trakcie zajęć, które zazwyczaj powodują skrócenie oddechu.

➔ **Oddychanie przez słomkę**

Przygotuj słomkę. Przyjmij wygodną pozycję stojącą lub siedzącą. Głowę trzymaj luźno na szczycie kręgosłupa. Wyobraź sobie, że Twój kręgosłup wydłuża się ku niebu. Rozluźnij ciało, oddychając we własnym rytmie z opuszczoną luźno żuchwą. Następnie włóż słomkę między wargi, unikaj zaciskania zębów, niech lekko opierają się na słomce. Trzymaj słomkę i powoli wykonaj wdech przez nos, następnie spokojnie i bardzo powoli wydechaj powietrze, kierując mały, zwarty strumień powietrza wprost do słomki. Wykonaj tyle oddechów przez słomkę, ile chcesz. Pamiętaj, by cały czas czuć swobodę i luz w ciele.

Oddychanie z wykorzystaniem woreczka

Położ się na plecach i umieść woreczek z piaskiem/ziarnem na środku tułowia, pomiędzy klatką piersiową a brzuchem. Rozsuń wygodnie nogi, ramiona połów swobodnie wzdłuż ciała. Rozluźnij się, zwracając szczególną uwagę na mięśnie szczęk, twarzy i rąk, jeśli chcesz możesz zamknąć oczy.

Rozpocznij oddychanie z wykorzystaniem przepony, uważając, żeby mięśnie brzucha pozostały rozluźnione. Wciągnij powietrze przez nos, powoli i głęboko. W trakcie wdechu woreczek z piaskiem powinien zostać wypchnięty do góry. Powoli i spokojnie wypuść całkowicie powietrze przez ściągnięte wargi; w trakcie wydechu woreczek powinien opadać.

Motylek

Usiądź prosto i wygodnie z głową w pionie. Rozluźnij szczęki i barki. Oddychaj rytmicznie przez nos podczas całego ćwiczenia. Ugnij nogi w kolanach i złącz ze sobą stopy. Spleć dłonie na stopach i przyciągnij je do ciała tak blisko, jak ci wygodnie. Na zmianę podnoś i opuszczaj kolana, naśladując motyla trzepoczącego skrzydłami. Powtórz ten ruch tyle razy, ile chcesz. Powoli rozprostuj nogi i odpocznij.

Oddychanie naprzemiennie nosem

To metoda, która zwiększa uważność u dzieci, a także poprzez połączenie pracy lewej i prawej półkuli mózgu, poprawia jego efektywność. Sprawdza się w sytuacjach, kiedy potrzebujemy, by dzieci się skupiły lub by je pobudzić, nie powinno się wykonywać tego ćwiczenia przed snem.

Usiądź w wygodnej pozycji. Połów kciuk prawej dłoni na prawym nozdrzu i lekko przyciśnij. Zrób wdech lewym nozdrzem. Następnie połów palec serdeczny prawej ręki na lewym nozdrzu i przyciśnij. Usuń kciuk z prawego nozdrza i wypuść powietrze prawą dziurką. Powtarzaj sekwencje zmieniając naprzemiennie wdychane i wydychane powietrze raz na lewą, raz na prawą stronę.

PRACA Z EMOCJAMI

PROCES ROZWOJU EMOCJONALNEGO JEST JEDNYM Z NAJWAŻNIEJSZYCH ZADAŃ ROZWOJOWYCH DZIECIŃSTWA. MIĘDZY DRUGIM A SZÓSTYM ROKIEM ŻYCIA, DZIECI CORAZ LEPIEJ RADZĄ SOBIE Z ROZUMIENIEM WŁASNYCH I CUDZYCH EMOCJI, ZACZYNAJĄ ROZWIJAĆ ZDOLNOŚĆ KONTROLOWANIA EKSPRESJI WŁASNYCH EMOCJI.



Stefan Szuman przypuszcza, że jeśli ludzie nie nazywaliby przeżyć, nie mogliby przekazywać tego, co czują i sami nie byłiby tego świadomi. Dzieci rozwijają swoje kompetencje emocjonalne przez kontakt z innymi osobami, najczęściej systemem rodzinnym, a także z pracownikami i dziećmi, które spotykają w miejscu opieki dziennej. Uważni na potrzeby emocjonalne dzieci dorośli, są niezwykle ważni, zwłaszcza przed drugim rokiem życia. Młodsze dzieci, traktują swoich partnerów zabawy podobnie, jak inne przedmioty eksploracji, w związku z czym mogą dotykać, popychać i ciągnąć inne dzieci, co może być przyczyną wystąpienia negatywnych emocji. Modelowanie i nazywanie emocji jest więc dla nas ważnym elementem kształtowania dziecięcych kontaktów. Umiejętność identyfikowania, nazywania i akceptowania własnych przeżyć, a także przeżyć innych, to ważne składowe umożliwiające dzieciom rozwijanie empatii dla siebie i innych.

Kostka uczuć

Początek aktywności polega na omówieniu emocji znajdujących się na ścianach kostki (wzory kostki do samodzielnego wykonania dostępne są w internecie). Po omówieniu każdej emocji, dzieci starają się wyrazić ją przybierając konkretną minę. W tym czasie prowadzący opowiada o tym, co widzi: „Teraz widzę, że wszyscy macie smutne miny”, „Poznaję to po tym, że Wasze kąciki ust są skierowane do dołu, podobnie jest z waszymi brwiami”. I tak analogicznie do każdej emocji. Następnie każde dziecko po kolei rzuca kostką. W przypadku dzieci młodszych, prowadzący w dalszym ciągu moderuje zabawę, mówiąc: „Kasia wyrzuciła smutną minę, teraz wszyscy pokazujemy taką minę, nasze usta i brwi są skierowane do dołu”. W przypadku dzieci starszych, prowadzący prosi, żeby dziecko pokazało daną minę osobie po swojej prawej stronie, a zadaniem tej osoby jest opisanie co widzi, co się dzieje na twarzy dziecka, tak jak to miało miejsce przy wspólnym wprowadzeniu.

Zabawa z lusterkami

Prowadzący prezentuje dzieciom zdjęcia dzieci, które przeżywają poszczególne emocje. Po prezentacji każdej z emocji, dzieci i prowadzący przybierają minę odzwierciedlającą emocje dziecka ze zdjęcia. Prowadzący opowiada dzieciom o tym, co dzieje się na twarzy osoby, która czuje złość, smutek, radość, strach, zaskoczenie, wstręt. Następnie każde dziecko otrzymuje lusterko. Na początku zadaniem dzieci jest odzwierciedlenie mimiczne emocji dziecka z prezentowanego zdjęcia, później można przekształcić zabawę w formę, w której prowadzący mówi: „Moje kąciki ust są skierowane do góry czasem, gdy się tak czuję, widać moje zęby, wokół oczu robią mi się wtedy takie zabawne zmarszczki” – można to mówić w intonacji sugerującej emocję, o jaką chodzi. Zadaniem dzieci jest odgadnięcie, o jaką emocję chodzi prowadzącemu.

Rysowanie emocji

Początek zabawy polega na omówieniu poszczególnych emocji, robieniu min charakterystycznych dla danej emocji. Następnie każde dziecko rysuje swój nastrój, to, jak się dziś czuje. W dalszej części zajęć następuje omówienie rysunków dzieci.

Łączenie emocji z doświadczeniem

Prowadzący prezentuje dzieciom zdjęcia osób przeżywających poszczególne emocje. Następnie opowiada, co dzieje się na ich twarzach i podaje przykłady sytuacji, w których te osoby mogą czuć się w ten sposób. W dalszej części prosi dzieci, aby opowiedziały, w jakich sytuacjach czują złość, radość, itd. Można zastosować pytanie: „Kiedy ostatni raz czułeś złość?”, „Kogo, tak jak X, cieszy Y?”

Karty uczuć i potrzeb

Prowadzący prezentuje dzieciom rysunkowe karty uczuć i potrzeb, wyjaśnia, że gdy ktoś czuje się w określony sposób, prawdopodobnie ma niezaspokojoną jakąś potrzebę. Następnie dzieci, wspólnie z prowadzącym, generują pomysły dotyczące tego, czego może potrzebować ktoś smutny czy zły. W dalszej kolejności dzieci rysują własne karty uczuć i potrzeb do wybranej emocji. Potem prowadzący omawia z dziećmi ich rysunki. Karty można wykorzystać na przykład podczas rozwiązywania konfliktów.

Ekspresja emocji

Prowadzący przedstawia dzieciom poszczególne emocje, następnie opowiada o tym, że pod wpływem emocji zachowujemy się na różne sposoby, na przykład skaczymy z radości, płaczemy ze smutku, tupiemy ze złości. Następnie dzieci proponują swoje sposoby okazania emocji – jeśli pojawiają się jakieś nieadaptacyjne sposoby ekspresji emocji, prowadzący rozmawia o nich z dziećmi i wspólnie szukają innego sposobu, w jaki można wyrazić daną emocję. Po każdym zaproponowanym sposobie dzieci okazują emocje właśnie w ten sposób, czyli na przykład skaczą z radości, tupią ze złości.

DZIECI DZIECIOM

JEDNYM Z ISTOTNYCH ZADAŃ,
JAKIE ZAKŁADA MODEL,
KTÓRY PROPONUJEMY
JEST TWORZENIE „WIOSKI”,
WSPÓLNOTY, W KTÓREJ
WSZYSCY JESTEŚMY NA SIEBIE
OTWARCI.



UMIEJĘTNOŚĆ AUTENTYCZNEGO BYCIA Z INNYMI, A TAKŻE PRZYJĘCIA ICH PERSPEKTYWY SĄ SKŁADOWYMI EMPATII, KTÓRE CHCEMY ROZWIJAĆ U DZIECI. PONADTO PRAKTYKUJEMY WYRAŻANIE WDZIĘCZNOŚCI I STWARZAMY DZIECIOM PRZESTRZEŃ, W KTÓREJ MAJĄ OKAZJĘ JĄ WYRAŻAĆ, UŻYWAJĄC ZWROTU „DZIĘKUJĘ”. WARTO WŁĄCZYĆ DO PLANU TYGODNIA LUB MIESIĄCA AKTYWNOŚCI, KTÓRE TO UMOŻLIWIĄ.

Odwiedziny w innych grupach

Grupy zapraszają się i odwiedzają wzajemnie raz w tygodniu. Zadaniem grupy, która przyjmuje gości jest zastanowienie się, jakie aktywności mogą sprawić radość kolegom i koleżankom z innej grupy oraz przygotowanie ich i przeprowadzenie podczas wizyty gości. Grupa odwiedzająca również myśli, co może zrobić, aby umilić czas odwiedzin sobie, a także kolegom i koleżankom z innej grupy, na przykład mogą przynieść coś do jedzenia, zabrać ze sobą ulubioną książkę, której treścią chcą podzielić się z innymi. Dzieci nie muszą wdrożyć w życie wszystkich aktywności, które wymyśliły, chodzi o to, żeby po prostu ze sobą były i czerpały radość z tego kontaktu. Jeśli podczas odwiedzin dzieci zajmą się innymi aktywnościami od tych zaplanowanych, należy to zaakceptować – to właśnie autentyczne bycie ze sobą. Ważne, żeby na koniec spotkania dzieci i kadra podziękowali sobie za wspólnie spędzony czas.

Przygotowanie upominków dla innych dzieci

Zadanie może być wykonywane w żłobku, przedszkolu lub w domu z włączeniem rodziców. Dobrze rozpocząć od wprowadzenia dziecka w to, co się dzieje: „Krzysiu ma jutro urodziny, co możemy zrobić, żeby sprawić mu radość? Może coś dla niego przygotowujemy? Co lubi Krzyś?” - jeśli dziecko nie potrafi wskazać odpowiedzi, możemy zaproponować mu kilka opcji, na przykład wykonanie kartki urodzinowej, albumu ze zdjęciami, przygotowanie muffinki urodzinowej. Podczas wykonywania upominku możemy dalej rozmawiać z dzieckiem, zachęcając je do przyjęcia perspektywy kolegi: „Dobrze, weźmy się za rysowanie. Jak myślisz, czym najbardziej lubi się bawić Krzysiu? Może narysujemy to na kartce urodzinowej? Co jeszcze chcesz narysować dla Krzysia?”. Następnie tak wykonany upominek dziecko wręcza swojemu koledze podczas celebracji urodzin w żłobku lub przedszkolu. Jeśli prezent wykonywany jest w żłobku, można moderować zadanie w taki sposób, żeby dzieci starsze przygotowały upominek z dziećmi młodszymi. Rodzice przygotowujący upominek z młodszymi dziećmi mogą snuć narrację o urodzinach i o tym, jak zadowoleni, szczęśliwi, radośni są ludzie, gdy ktoś pamięta o ich święcie. W tym przypadku przygotowanie upominku może polegać na przyklejeniu wspólnego zdjęcia dzieci na kartę. Podczas wykonywania czynności warto w dalszym ciągu budować narrację: „To jesteś Ty, a to Krzyś, który jutro ma urodziny, jutro w żłobku zaśpiewacie mu „Sto lat”, będziecie tańczyć i śpiewać do ulubionych piosenek. To prawdopodobnie sprawi Krzysiu i wam wszystkim dużo radości. Chcesz ozdobić kartkę wokół zdjęcia, odbijając swoje rączki?”. Taka forma pozwala rozwijać empatię, myślenie o innych, które prowadzi do budowania pozytywnych relacji w grupie, a także umacnia poczucie bycia częścią społeczności. Dla solenizantów to okazja do praktykowania wdzięczności, którą wyrażamy prostym „dziękuję”.



NUDA

**JEDNĄ Z PRAKTYK, KTÓRĄ
CHCEMY WŁĄCZYĆ DO
MODELU JEST WPROWADZENIE
AKTYWNOŚCI OPARTEJ
NA BRAKU AKTYWNOŚCI,
TAK WIĘC STWORZENIU
PRZESTRZENI NA NUDĘ.**

Dotychczas taka forma przybierała w naszym rozumieniu postać zabawy swobodnej, podczas której pedagog proponował dzieciom różne aktywności, w które dzieci mogły angażować się równolegle. W aktualnej wersji proponujemy, żeby pozostawić odpowiedzialność za organizację zabawy po stronie dziecka. Wprowadzenie nudy do planu zajęć może przynieść kilka korzyści. Po pierwsze dzieci mogą się wsłuchać we własne potrzeby i zrobić to, na co rzeczywiście mają ochotę. Po drugie nuda sama w sobie jest dla dzieci przestrzenią do odpoczynku. Po trzecie, w wielu badaniach podkreśla się komponent emocjonalny towarzyszący nudzie, dla niektórych wiąże się on z wystąpieniem nieprzyjemnych odczuć, z którymi trzeba coś zrobić, wymyślić aktywność, która podniesie poziom pobudzenia i pozwoli doświadczać satysfakcji płynącej z bycia w działaniu, to z kolei pobudza kreatywność. Niezależnie od opcji, która wystąpi u poszczególnych dzieci, doświadczenie nudy jest wartościowym elementem duńskiej codzienności, który niewątpliwie możemy zaadaptować do naszego planu dnia.



EDUKACJA GLOBALNA

KAŻDY Z NAS JEST CZĘŚCIĄ PLANETY, ŚWIATA, W KTÓRYM ŻYJEMY. KSZTAŁTOWANIE W DZIECIACH ŚWIADOMOŚCI TEGO, ŻE AKTUALNIE LUDZIE I MIEJSCA WZAJEMNIE NA SIEBIE WPŁYWAJĄ, NIEZALEŻNIE OD ODLEGŁOŚCI POMIĘDZY NIMI, JEST ISTOTNE Z PUNKTU WIDZENIA PRZYSZŁYCH WYZWAŃ, Z KTÓRYMI ZMIERZYĆ SIĘ BĘDZIE MUSIAŁA CAŁA LUDZKOŚĆ.

W dotychczas proponowanych aktywnościach skupiamy się dość mocno na aspektach mających zapewnić dzieciom umiejętności w obszarze społecznym, co także jest elementem edukacji globalnej. W tym miejscu chcemy odnieść się do przestrzeni, w której wyposażymy dzieci w wiedzę i umiejętności dotyczące **przyrody i ekologii**. Podejmując aktywności związane z tematem edukacji globalnej, mamy nadzieję budować u dzieci empatię, odpowiedzialność, a także poczucie sprawstwa w szerszym niż dotychczas kontekście.

Dbamy o to, co mamy

Podstawowym celem zajęć jest przedstawienie dzieciom informacji związanych z segregacją śmieci i wykształcenie w nich świadomości, że zużyta rzecz niekoniecznie oznacza coś, czego nie można wykorzystać ponownie. W trakcie zajęć poruszane są kwestie recyklingu. Podjęta zostaje rozmowa o konsekwencjach produkcji poszczególnych materiałów, na przykład „z czego powstaje papier?”. Omówione zostają kwestie wycinki drzew. Pokazane są możliwe rozwiązania: możemy segregować śmieci - wtedy będziemy w stanie odzyskać część papieru. Po zajęciach dzieci wychodzą na spacer do parku, gdzie prowadzący wraca do treści przedstawionych na zajęciach. Kieruje do dzieci pytanie: „Jakie zwierzęta mieszkają w parku?”. Wskazuje, że podczas wycinki drzew wiele zwierząt traci dom, i że dzięki segregacji śmieci dbamy o to, by miały gdzie mieszkać. Podczas kolejnego dnia można tworzyć z dziećmi pojemniki do segregacji śmieci oraz piktogramy, które będą dla dzieci informacją, do którego pojemnika wrzucić plastik, papier, szkło. Segregację ćwiczy się podczas codziennych czynności. Młodsze dzieci można prosić w sposób bezpośredni, żeby wrzuciły daną rzecz do konkretnego pojemnika. Zajęcia można powtarzać cyklicznie wykorzystując różne tworzywa.

Nasz ogródek

Sadzenie z dziećmi kwiatów i warzyw w ogrodzie lub w doniczkach oraz regularne ich pielęgnowanie ma na celu budowanie w dzieciach poczucia sprawstwa i odpowiedzialności. Dzieci doświadczają, że jeśli dbamy o rośliny, to one kwitną i dają owoce, a jeśli o nich zapominamy - usychają.

Wycieczki tematyczne

Wyjścia do lasu, na łąkę, do parku mają na celu zobrazowanie dzieciom, że nie jesteśmy jedynymi mieszkańcami planety, że zwierzęta i rośliny również mają tu swoje miejsce. Rozmawiamy na temat tego, że las jest domem zwierząt, więc wchodząc do niego, powinniśmy zachować ciszę – jeśli zaczniemy hałasować, to zwierzęta mogą się przestraszyć. Nie możemy zostawiać im jedzenia, ani naszych odpadów, bo jeśli je zjedzą może im to zaszkodzić. Podczas wycieczek można nazywać z dziećmi rośliny, nazywać i obserwować zwierzęta, naśladować ich odgłosy.

Wspólne dbanie o innych mieszkańców naszej planety

Możemy wprowadzić aktywności oparte o wspólne budowanie karmników dla ptaków oraz pszczół. Następnie wspólnie ozdabiamy przygotowane „hoteliki”, rozmieszczamy je w miejscach, w których będą spełniały swoją funkcję i jednocześnie dawały dzieciom przestrzeń do obserwacji, ale również do dbania o to, co stworzyły (np. zostawianie ziarna słonecznika w karmniku). Warto także poprowadzić zajęcia dotyczące tego, jakie smakołyki mogą znaleźć się w karmniku dla ptaków, a także roli pszczół w zapylaniu roślinności.

B. PROPOZYCJE AKTYWNOŚCI DLA RODZICÓW

Duńczycy. Nie naród, lecz wspólnota

Profesor językoznawstwa Carsten Levisen podkreśla, jak ważne jest dla Duńczyków poczucie wspólnoty. „Nie jesteśmy narodem, jesteśmy wspólnotą. Wszyscy Duńczycy to jedna rodzina i wszyscy bezgranicznie sobie ufamy” – mówi. Zaufanie to fundament, na którym chcemy budować społeczność naszej placówki – społeczność trójstronną: rodziców, dzieci i kadry.

Dla mieszkańców Danii relacje społeczne są źródłem szczęścia i zadowolenia. „Przeciętny Duńczyk jest członkiem średnio 3,5 organizacji społecznych, stowarzyszeń i klubów, wśród nich np. klubów kulinarnych czy robienia na drutach, czyli spotkań osób, które czerpią przyjemność ze wspólnego spędzania czasu w określony sposób – wyjaśnia dr Sylwia Izabela Schab z Katedry Skandynawistyki na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu.”*

Spółeczeństwo duńskie oparte jest na **porozumieniu i współpracy**, a nie na konflikcie i rywalizacji. Nazwa klocków LEGO pochodzi od duńskich słów „leg godt”, co znaczy „dobrze bawić się razem” – i taką ideę chcemy zaszczepić rodzicom z naszej placówki. Elementem podejścia pedagogicznego i filozofią placówki jest jednocześnie społeczności poprzez angażowanie jej członków we wspólnie ustalone i na stałe wpisane w harmonogram inicjatywy i wydarzenia.

Przykładowy harmonogram stałych wydarzeń w ciągu roku:

Wrzesień	Spotkanie organizacyjne z rodzicami/zapoznanie z modelem placówki
Październik	Warsztaty integrująco-rozwojowe dla rodziców
Listopad	Konsultacje dla rodziców z pedagogiem/psychologiem Andrzejki
Grudzień	Mikołajki Warsztaty świąteczne dla całej Rodziny
Styczeń	Warsztaty integrująco-rozwojowe dla rodziców
Luty	Spotkanie organizacyjno-podsumowujące z rodzicami Bal karnawałowy
Marzec	Konsultacje dla rodziców z pedagogiem/psychologiem Powitanie wiosny
Kwiecień	Zajęc
Maj	Warsztaty integrująco-rozwojowe dla rodziców
Czerwiec	Dzień Dziecka Piknik Rodzinny
Lipiec	Dzień edukacji globalnej
Sierpień	Warsztaty integrująco-rozwojowe dla rodzin (obecnych i tych, które dołączają do placówki od września)

* Anna Dobrowolska, „Moda na hygge. Dlaczego świat jest tak zafascynowany Danią?”, opublikowane online: polityka.pl, 2017.

Oprócz stałych wydarzeń zaproponowanych przez kadre, w czasie pierwszego spotkania organizacyjnego z rodzicami pytamy, co rodzice chcieliby dać od siebie społeczności żłobkowej/przedszkolnej; jakie konkretne działania, propozycje aktywności, pomysły na wydarzenia. W jaki sposób chcieliby się zaangażować w życie żłobka/przedszkola? Ważne jest, żeby te propozycje wyływały od rodziców, a nie były narzucone przez kadre.

Propozycje/przykłady działań integrujących społeczność – czyli, jak zaangażować rodziców:

- comiesięczne spotkania rodziców i dzieci w sali żłobkowej/przedszkolnej – w tym czasie przygotowywanie, np. elementów wystroju sali
- porządkowanie ogrodu jesienią
- piknik jesienny
- grupa dyskusyjno-rozwojowa dla rodziców
- akcja „Randka dla Rodziców”, czyli wieczór w przedszkolu dla dzieci, rodzice mają „wychodne”
- prezentacja swojego zawodu przez rodzica
- czytanie na dywanie (kolejni rodzice odwiedzają grupę i czytają wybrane książki)
- kiermasz bożonarodzeniowy
- teatr rodziców
- realizacja wspólnych celów i projektów – przygotowywanie ich w mniejszych podgrupach (rodzinami)

C. PROPOZYCJE AKTYWNOŚCI DLA PERSONELU

BAZĄ KONTAKTÓW W OBSERWOWANYCH PLACÓWKACH DUŃSKICH JEST WZAJEMNE ZAUFANIE NA PŁASZCZYŹNIE RODZIC-PEDAGOG-DZIECKO. RODZICE I PRACOWNICY ZAKŁADAJĄ WZAJEMNE POZYTYWNE INTENCJE. OPIEKUNOWIE BUDUJĄ RELACJE ZARÓWNO Z DZIEĆMI, JAK I RODZICAMI.

Przestrzeń placówki jest traktowana jako wspólna i otwarta dla wszystkich. Kadra ma w sobie gotowość do rozmów na temat aktualnych potrzeb rodziców i dzieci, jednocześnie rodzice mają świadomość, że takie rozmowy mogą mieć miejsce wyłącznie w czasie, kiedy pedagog nie przebywa z dziećmi. Komunikacja jest bezpośrednia, ukierunkowana na wspólne poszukiwanie rozwiązań najlepszych dla danego dziecka/rodzica. Dbamy o to, by kontaktom towarzyszyła pozytywna atmosfera.

W podejściu pedagogicznym, które proponujemy kluczową rolę odgrywa zaszczepienie wśród pracowników gotowości do porozumienia w duchu empatii, a także Porozumienia Bez Przemocy, którym towarzyszyła będzie pedagogika Juula.

Poniżej znajdują się proponowane aktywności mające na celu budowanie „wioski” poprzez jednoczenie społeczności, wzmacnianie relacji wśród kadry, a także poszerzenie wiedzy w zakresie podejścia pedagogicznego.

Harmonogram stałych wydarzeń w ciągu roku:

Wrzesień	Spotkanie organizacyjne personelu/wdrażanie modelu/ zapoznanie z planami placówki na nowy rok szkolny
Październik	Spotkanie personelu / superwizja
Listopad	Konsultacje z rodzicami (1) Andrzejk Spotkanie personelu / superwizja
Grudzień	Mikołajki Warsztaty świąteczne dla rodzin Spotkanie personelu / superwizja
Styczeń	Spotkanie personelu/superwizja
Luty	Spotkanie w ramach poszerzania wiedzy w zakresie podejścia pedagogicznego Bal karnawałowy Spotkanie personelu / superwizja
Marzec	Konsultacje z rodzicami (2) Powitanie wiosny Spotkanie personelu / superwizja
Kwiecień	Zajęc Spotkanie personelu / superwizja
Maj	Spotkanie w ramach poszerzania wiedzy w zakresie podejścia pedagogicznego Spotkanie personelu / superwizja

Czerwiec	Dzień Dziecka Piknik Rodzinny Spotkanie personelu / superwizja
Lipiec	Spotkanie w ramach poszerzania wiedzy w zakresie podejścia pedagogicznego Spotkanie personelu / superwizja Dzień edukacji globalnej
Sierpień	Spotkanie w ramach poszerzania wiedzy w zakresie podejścia pedagogicznego Spotkanie personelu / superwizja

Proponujemy, by personel wspólnie przygotowywał i świętował wraz z dziećmi i rodzicami wymienione w harmonogramie imprezy okolicznościowe, jak np. Mikołajki, Zająca czy Dzień Dziecka.

Proponowane aktywności wzmacniające poczucie wspólnotowości wśród kadry:

Spotkania integracyjne

Cykliczne spotkania na terenie placówki lub poza nią, mające na celu wspólne spędzenie czasu i budowanie relacji. Jeśli są to spotkania realizowane w placówce, dbamy o stworzenie przyjemnej atmosfery, na przykład przynosimy coś do jedzenia i picia. Spotkania mogą być realizowane w zależności od potrzeb i możliwości czasowych kadry. Istotna jest regularność spotkań.

Podane aktywności stanowią propozycje możliwych do wdrożenia rozwiązań. Warto wypracować wspólnie z kadrami pomysły działań, które miałyby na celu wpłynąć na budowanie poczucia wspólnotowości w przestrzeni trójstronnej relacji.

4.

**MODEL
KOMUNIKACJI
Z RODZICAMI**

JASNY I PRZEJRZYSTY SPOSÓB KOMUNIKACJI JEST ISTOTNYM ELEMENTEM WSPÓŁPRACY, DLATEGO DBAMY O WSZYSTKIE MOŻLIWE KANAŁY KONTAKTU JUŻ NA SAMYM POCZĄTKU BUDOWANIA RELACJI Z RODZICEM. PRAWDOPODOBNIENIE ZWIĘKSZY TO POZIOM ZAUFANIA, A TAKŻE WPŁYNIE NA BUDOWANIE ATMOSFERY WZAJEMNEGO ZAANGAŻOWANIA I OTWARTOŚCI.

W komunikacji z rodzicami kierujemy się czterema składnikami empatii, czyli przyjmujemy perspektywę rodzica, uznajemy ją za prawdziwą, nie oceniamy jego doświadczenia, rozpoznajemy i nazywamy uczucia towarzyszące danemu zdarzeniu/doświadczeniu. Ponadto, w zgodzie z duchem Porozumienia Bez Przemocy, staramy się usłyszeć potrzeby rodzica, nazywamy je, sprawdzamy, czy zostały dobrze rozpoznane i wspólnie wypracowujemy strategię, która umożliwi zaspokojenie potrzeb obu stron. Jeśli to możliwe, odnosimy się do zasad kontraktu wypracowanego z rodzicami.

Niezwykle istotne jest, by personel placówki potrafił także zadbać o siebie, swoje emocje i potrzeby w relacji z rodzicami i dziećmi.

Obszar komunikacji	Informacje organizacyjne	Bieżąca komunikacja	Informacje dotyczące współpracy	Informacje o rozwoju dziecka	Informacje o zmianach i nowościach
Kanały komunikacji	<ul style="list-style-type: none"> - bezpośrednio; - mailowo; - SMS; - grupa na Facebooku; 	<ul style="list-style-type: none"> - bezpośrednio; - SMS; 	<ul style="list-style-type: none"> - bezpośrednio podczas spotkań; - utworzenie wydarzenia na Facebooku; - indywidualnie; - mailowo; 	<ul style="list-style-type: none"> - bezpośrednio podczas konsultacji; - mailowo (w przypadku konsultacji na prośbę rodzica); 	<ul style="list-style-type: none"> - bezpośrednio podczas spotkań; - mailowo (przed spotkaniem należy wysłać informacje z tematem spotkania i zaznaczyć, że obecność rodziców jest istotnym elementem spotkania).
Częstotliwość kontaktu	<ul style="list-style-type: none"> - podsumowanie tygodnia (informacja umieszczona na tablicy w grupie na Facebooku, dotycząca najciekawszych wydarzeń danego tygodnia); - według potrzeb; 	<ul style="list-style-type: none"> - codziennie; 	<ul style="list-style-type: none"> - w zależności od potrzeb; - raz na kwartał wspólne wydarzenie (np.: porządkowanie ogrodu, sadzenie kwiatów, warsztaty świąteczne); - raz w miesiącu (np. w pierwszy piątek miesiąca) spotkania dla rodziców; 	<ul style="list-style-type: none"> - dwa razy w roku podczas konsultacji dotyczących rozwoju dziecka; - w zależności od potrzeb; 	<ul style="list-style-type: none"> - w zależności od potrzeb (dotyczące istotnych zmian, np.: odejście pracownika, zatrudnienie nowej osoby).
Osoby przekazujące informacje / uczestnicy komunikacji	<ul style="list-style-type: none"> - lider grupy (główny nauczyciel/opiekun); 	<ul style="list-style-type: none"> - osoba z personelu aktualnie dostępna; - rodzic; 	<ul style="list-style-type: none"> - lider grupy; - rodzic; 	<ul style="list-style-type: none"> - lider grupy; - aktualnie dostępny personel; - psycholog; - rodzic; 	<ul style="list-style-type: none"> - lider grupy; - dyrektor placówki.

Przekazywane informacje (zakres)	<ul style="list-style-type: none"> - informacja o najciekawszych wydarzeniach minionego tygodnia; - zapotrzebowanie (materiały na zajęcia, braki w rzeczach dziecka typu: odzież, pieluszki); - przypomnienia o imprezach, urodzinach, powitaniu lub pożegnaniu kolegi/koleżanki, rodziców oraz nauczycieli i opiekunów; 	<ul style="list-style-type: none"> - informacja o przebiegu dnia; - w zależności od potrzeb (np.: po trudnym rozstaniu wiadomość SMS o tym, że dziecko jest spokojne, o chorobie dziecka, o chorobie opiekuna/nauczyciela); - informacje od rodzica, np.: aktualne samopoczucie dziecka, jak minęła noc; 	<ul style="list-style-type: none"> - informacja dotycząca bieżących potrzeb (co i na kiedy jest potrzebne, np.: pomoc w budowie zadaszenia w ogrodzie); - co chcesz dać od siebie (personel i rodzice); - kto będzie obecny podczas współpracy; - informacja o ograniczeniach dotyczących liczby osób wynikających z wielkości sali, np.: podczas warsztatów; 	<ul style="list-style-type: none"> - postępy, zasoby, ewentualne trudności dziecka; - rozwiązania, które pomagają w danych sytuacjach; 	<ul style="list-style-type: none"> - nowości, nowe rozwiązania; - zmiany organizacyjne typu: odejście pracownika lub dołączenie nowej osoby do zespołu; - pomysły dodatkowych aktywności, nowe projekty; - napisanie przez jednego z rodziców raportu ze spotkania, który będzie mógł być udostępniony do wglądu nieobecnym rodzicom.
Zebranie informacji zwrotnej	<ul style="list-style-type: none"> - prośba o informacje, kto i kiedy może przynieść potrzebne rzeczy; - ankieta na Facebooku z możliwością zaznaczenia, kto dostarczy zapotrzebowanie; - prośba o informację zwrotną w komentarzu; - w komunikacji bezpośredniej, zadając pytanie: „Co jeszcze chciałby/chciałyby Pan/i wiedzieć?”; 	<ul style="list-style-type: none"> - w komunikacji bezpośredniej, zadając pytanie: „Co jeszcze chciałby/chciałyby Pan/i wiedzieć?”; 	<ul style="list-style-type: none"> - ankieta na Facebooku z informacją o tym, kto weźmie udział w spotkaniu; - informacja w komentarzu, kto przyjdzie i z kim; 	<ul style="list-style-type: none"> - w przypadku zapisów na konsultacje rodzice zapisują się na listę wywieszoną przy wejściu na salę (unikamy otrzymania zapisu równocześnie od dwóch osób na tę samą godzinę); 	<ul style="list-style-type: none"> - ankieta na Facebooku z informacją o tym, kto weźmie udział w spotkaniu; - prośba o wyrażenie swoich opinii podczas spotkania; - pomysły rozwiązań.

<p>Język</p>	<p>- język potrzeb: „Co jeszcze chce Pan/i wiedzieć?”;</p> <p>- w przypadku niewywiązania się z ustaleń: „Co sprawiłoby, że następnym razem pamiętał/a by Pan/i o dostarczeniu rzeczy?”, „Czego Pan/i potrzebuje, żeby następnym razem pamiętać o dostarczeniu rzeczy?”;</p> <p>- wyrażanie wdzięczności za pamięć o dostarczeniu materiałów związanych z zajęciami i eventami, np.: „Jestem wdzięczna za to, że pamiętał/a Pan/i o materiałach”;</p>	<p>- język potrzeb, np. podczas trudnego rozstania: „Czy potrzebuje Pan/i pomocy?”, „Jeśli będzie Pani potrzebowała pomocy jestem w sali”;</p> <p>- angażując dziecko, schodzimy do pozycji dziecka i pytamy: „Jasiu, co chciałbyś powiedzieć mamie?”, „Co Cię dziś ucieszyło?”, „Czego potrzebujesz, żeby rozstać się z mamą?”, „Co pomoże Ci rozstać się z mamą?”;</p>	<p>- informacje przekazywane w sposób spójny, np.: jeśli organizowane są warsztaty, na których rodzice wraz z dziećmi przygotowują ozdoby i ze względu na brak miejsca nie mogą zabrać reszty swoich dzieci, należy zadbać o to, żeby wszystkie osoby pracujące w placówce o tym wiedziały, przekazywały jeden spójny komunikat;</p>	<p>- język potrzeb, dbamy o to, by rodzic miał szansę dopytać o istotne z jego perspektywy informacje;</p> <p>- bez etykietowania i ocen;</p>	<p>- język potrzeb, pytamy: „Jakich informacji potrzebujecie?”, „Jakie proponujecie rozwiązania w obliczu tej zmiany?”, „Co to dla Was znaczy?”, „Jak chcecie pożegnać X?”, „Jak chcecie powitać X?”.</p>
--------------	---	--	--	---	---

5.

**WDROŻENIE
MODELU DLA
RODZICÓW**

A. SPOTKANIE Z RODZICAMI NA POCZĄTKU ROKU

(LUB W CIĄGU ROKU, JEŚLI MODEL WDRAŻANY JEST W MOMENCIE TRWANIA WSPÓŁPRACY).

Niezwykle istotne jest, aby dołączających w czasie trwania roku szkolnego rodziców zapoznawać z poniższymi elementami (patrz punkty), prosić o podpis na kontrakcie i harmonogramie, jeśli się z nim zgadzają, pytać czy coś chcieliby dodać.

Co więcej, w ciągu roku dołączające dzieci i ich rodzice są witani przez całą społeczność – na przykład kadra proponuje datę i godzinę spotkania – powitania dla nowej rodziny (zwykle popołudniową porą, tuż przed zamknięciem placówki).

➔ SPOTKANIE Z RODZICAMI WPROWADZAJĄCE W MODEL – PRZEBIEG:

Spotkanie odbywa się w przyjaznej atmosferze – jest spotkaniem, a nie zebraniem. Zapraszamy rodziców do częstowania się herbatą lub kawą, jeśli możemy, rezygnujemy z krzeseł na rzecz poduszek lub puf. Uwzględniamy możliwości fizyczne rodziców i ich komfort.

1. Wspólne ustalenie formy zwracania się do siebie na potrzeby dzisiejszego spotkania lub całej współpracy (w Danii wszyscy zwracają się do siebie po imieniu).
2. Opowiedzenie o głównych ideach placówki – na czym chcemy budować naszą placówkę (o trójstronności relacji, o zaufaniu, przekonaniu o wzajemnych dobrych intencjach, o nowej jakości komunikacyjnej skupionej na poszukiwaniu wspólnych rozwiązań).
3. Omówienie podejścia pedagogicznego. Podanie informacji, z czym nowym spotkają się dzieci i rodzice na co dzień? Do konkretnych aspektów podejścia pedagogicznego będziemy się także odnosić w ciągu roku, w czasie warsztatów integrująco-rozwojowych dla rodziców.
4. Ustalenie kontraktu z rodzicami. Ustalenie wspólnie celu rocznego/tematu/zadania dla społeczności (np. sadzimy w tym roku co najmniej X drzew).
5. Przedstawienie przez kadrę harmonogramu ze stałymi wydarzeniami w ciągu roku. Ustalenie dodatkowych działań integrujących – jakie rodzice mają propozycje, co chcą dać od siebie społeczności żłobkowej/przedszkolnej? Wybranie/głosowanie, jakie aktywności mają zostać dopisane do stałego harmonogramu.
6. Wybranie Rady Imprezowej, która jest współodpowiedzialna za organizację wybranych przez rodziców dodatkowych wydarzeń/aktywności/spotkań.
7. Omówienie modelu komunikacji operacyjnej. Zaproszenie do grupy na FB (zakłada ją wcześniej lider grupy).
8. Czy są jakieś pytania? - rodzice zapisują na kartkach, prowadzący spotkanie udzielają odpowiedzi. Po każdym z omówionych/wprowadzonych elementów modelu jest miejsce na feedback - informacja zwrotna i bezpośredni kontakt jest bardzo ważny, pozwala na bieżąco rozwiewać wątpliwości.
9. W ramach praktykowania wdzięczności, żegnamy się formułą: „Dziękuję za dzisiaj!”

B. SYSTEMATYCZNA EDUKACJA RODZICÓW

NIEZWYKLE ISTOTNE JEST, BY WDRÓŻONY W PIERWSZYM ETAPIE MODEL I PODEJŚCIE PEDAGOGICZNE BYŁO POGŁĘBIANE I OMAWIANE W CZASIE SPOTKAŃ WARSZTATOWYCH W CIĄGU ROKU ORAZ PRAKTYKOWANE PRZEZ RODZICÓW W STOSUNKU DO DZIECI W CODZIENNYM PODEJŚCIU.

Mentor modelu jest osobą odpowiedzialną za edukowanie rodziców w czasie warsztatów, konsultacji i codziennych spotkań w kwestii poszczególnych elementów podejścia pedagogicznego, komunikacji rodziców z dziećmi oraz służy wsparciem w interpretacji codziennych zachowań oraz znajdowaniu rozwiązań w duchu duńskich dobrych praktyk, Porozumienia Bez Przemocy, empatii i pedagogiki Juula.



(...) główna zasada empatii brzmi: dopóki jesteś czuły na człowieczeństwo w sobie, dopóty będziesz miał prawdziwy kontakt z innymi. (...) Rozumienie samego siebie i innych oraz zdolność do odpowiedniego reagowania na otaczający świat – tego wszystkiego można się wyuczyć, tak samo jak każdej innej umiejętności czy fachu. (...) Nasze doświadczenia z dziećmi dowodzą, że są one szczególnie otwarte i gotowe do współdziałania w tym względzie. Trzeba im tylko pokazać ten fundament i wspierać je w procesie budowania kontaktu ze sobą.

Jesper Juul, Helle Jensen,
„Empatia wzmacnia dzieci.
Trzyma cały świat razem”,
Wydawnictwo MiND,
Podkowa Leśna 2018.

6.

**WDROŻENIE
MODELU DLA
PERSONELU**

A. SPOTKANIE Z PERSONELEM – ZAPOZNANIE Z MODELEM

SPOTKANIE ODBYWA SIĘ W PRZYJAZNEJ ATMOSFERZE – JEST SPOTKANIEM, A NIE SZKOLENIEM. ZAPRASZAMY PRACOWNIKÓW DO CZĘSTOWANIA SIĘ HERBATĄ LUB KAWĄ, JEŚLI MOŻEMY REZYGNUJEMY Z KRZESEŁ NA RZECZ PODUSZEK LUB PUF.

1. Ustalamy formę zwracania się do siebie w trakcie tego spotkania lub całej współpracy – jeśli na spotkaniu jest np.: dyrektor placówki (w Danii wszyscy zwracają się do siebie po imieniu).
2. Ćwiczenie integracyjne:

Wariant 1

W przypadku wdrażania całej grupy nowych pracowników:

Każdy z pracowników mówi, jak ma na imię, po czym dodaje coś, co lubi i coś, czego nie lubi, na przykład: „Mam na imię Aga, lubię czytać książki, a nie lubię myć okien”. Zadaniem każdej kolejnej osoby jest powtórzenie wypowiedzi osób, które przedstawiły się przed nim i dodanie swojej części, na przykład: „To jest Aga, Aga lubi czytać książki i nie lubi myć okien. Ja mam na imię Kasia, lubię biegać, a nie lubię jeździć autem w dużych miastach”. Trzecia osoba przedstawia dwóch swoich poprzedników i siebie. Jeśli ktoś się pomyli, zaczynamy od początku lub od osoby, która się pomyliła – w zależności od liczebności grupy.

Wariant 2

W przypadku wdrożenia w placówce, w której pracownicy się znają:

Pracownicy ustawiają się w dwóch kręgach, zwróceniu do siebie twarzami i rozmawiają w parze na zadany temat, następnie, po upływie wyznaczonego na rozmowę czasu osoby, stojące w zewnętrznym kręgu, przesuują się o jedno miejsce w lewo.

Przykładowe tematy rozmów:

- jaką ciekawą książkę ostatnio przeczytałam/przeczytałem?
- za co czuję wdzięczność?
- gdzie chcę pojechać w najbliższym czasie?
- co miłego przytrafiło mi się w ostatnim czasie w pracy?
- jaki film lub serial został w mojej pamięci?

Ilość rundek należy dostosować do potrzeb grupy.

3. Opowiedzenie o głównych ideach modelu – na czym chcemy budować naszą placówkę (o trójstronności relacji, o zaufaniu, przekonaniu o wzajemnych dobrych intencjach, o jakości komunikacyjnej skupionej na poszukiwaniu wspólnych rozwiązań).

4. Omówienie podejścia pedagogicznego. Podkreślenie najistotniejszych elementów. Przekazanie pracownikom informacji, że poszczególne elementy będą rozszerzane podczas innych cyklicznych spotkań (jeśli dotyczy). Przekazanie opisu podejścia pedagogicznego w formie papierowej.
5. Przekazanie pracownikom zakresu obowiązków w formie papierowej i omówienie ich z pracownikami – jeśli jest taka potrzeba w danej placówce w kontekście wymagań modelu.
6. Omówienie modelu komunikacji z rodzicami i udzielenie odpowiedzi na pojawiające się pytania.
7. Ustalenie dodatkowych działań integrujących – jakie pracownicy mają propozycje dotyczące integracji w ramach trójstronnej relacji, wspólnego poszerzania wiedzy i ćwiczenia umiejętności?
8. Przestrzeń na pytania dotyczące całości spotkania.
9. Wyznaczenie pierwszej lektury z wytycznymi do opracowania.
10. Podsumowanie.

B. ZAKRES OBOWIĄZKÓW PRACOWNIKÓW

ZGODNIE Z WITAMINOWYM MODELEM PETERA WARRA, PEWNE WŁAŚCIWOŚCI PRACY, KTÓRYCH PRACOWNIK DOŚWIADCZA W NADMIARZE MOGĄ MIEĆ NEGATYWNY WPŁYW NA JEGO ZADOWOLENIE Z PRACY.

Do tych właściwości pracy należą między innymi różnorodność zadań, przejrzystość środowiska oraz możliwość wykorzystywania swoich umiejętności w pracy.

Dlatego dbamy o to, aby zadania wchodzące w zakres obowiązków pracownika były jasno sformułowane, przewidywalne oraz dostosowane do posiadanych kompetencji. W sytuacji, w której pracownik otrzymuje nowe zadania, powinien zostać do nich każdorazowo odpowiednio przeszkolony. Ważne, żeby podejmując się nowych obowiązków, pracownik miał poczucie, że jego zasoby są wystarczające do tego, by sobie z nimi poradzić. Pamiętajmy również o tym, że pracownik, który ma zaspokojoną potrzebę przewidywalności i dokładnie wie, co leży w zakresie jego obowiązków, może z powodzeniem angażować się w zaspokajanie potrzeb dzieci.

Podczas przekazywania pracownikowi informacji o zakresie obowiązków, zostawiamy przestrzeń do zadawania pytań. Korzystamy z komunikatów odnoszących się do potrzeb: „Co jeszcze potrzebujesz wiedzieć?“, „Czy potrzebujesz żebym jakieś kwestie omówiła ponownie?“, „Czy potrzebujesz żebym jakieś kwestie rozwinęła?“. Obserwując duńskie praktyki, można było zobaczyć, że poziom dbałości o pracownika w naszych kulturach nieco się różni. Duńczycy widzą osobę pracownika w szerszej perspektywie, myślą o jego efektywności w przyszłości, stąd wdrażają procedury mające na celu zabezpieczenie go przed ewentualnymi konsekwencjami zdrowotnymi, mogącymi wynikać ze specyfiki pracy.

Oprócz przewidywalności wymagań pracy, warto wdrożyć rozwiązania, które umożliwią pracownikom wykonywanie swojej pracy przez długie lata. Jedną z takich praktyk jest prośba do rodziców o zakup obuwia, które dziecko będzie w stanie samodzielnie ubrać, np.: buty zapinane na rzep. To proste rozwiązanie sprawia, że pedagog nie musi spędzać czasu na ubieraniu i zdejmowaniu dzieciom butów kilkakrotnie w ciągu dnia. Tym samym dzieci rozwijają swoje kompetencje w zakresie samodzielności, a pedagog dba o zdrowie swojego kręgosłupa.

Innym rozwiązaniem jest dostosowanie krzesła, na którym siedzi pedagog do potrzeb osoby dorosłej. W Danii rozwiązanie stanowią regulowane krzesła, które w zależności od potrzeby, pozwalają pedagogowi na zejście do poziomu dziecka. To rozwiązanie również podyktowane jest troską o zdrowie pracownika. W trakcie dnia dzieci są dzielone na mniejsze podgrupy, np.: jedna wychodzi na ogród, druga wykonuje zadania na sali. Jest to korzystne dla dzieci i pracowników, ponieważ ograniczony w ten sposób zostaje poziom hałasu, ale także ilość dystraktorów, które niewątpliwie wpływają na poziom pobudzenia dzieci i kadry w ciągu dnia.

Podsumowując, podczas przekazywania pracownikowi zakresu obowiązków, warto pamiętać o proponowanych w modelu rozwiązaniach umożliwiających wykonywanie pracy z zachowaniem troski o własną kondycję psychofizyczną.

C. WDRAŻANIE NOWYCH OSÓB W PLACÓWKĘ

1. Wprowadzenie nowo zatrudnionej osoby (stażysty/stażystki):

→ 1 dzień

- przekazanie informacji dotyczących podejścia pedagogicznego, przedstawienie zakresu obowiązków, oprowadzenie po terenie placówki; przekazanie opisu podejścia pedagogicznego oraz zakresu obowiązków w formie pisemnej; odpowiedź na pojawiające się na tym etapie pytania kandydata/kandydatki;
- powitanie wśród personelu - przedstawienie pozostałym osobom zatrudnionym w placówce; przygotowanie i wywieszenie w szatni informacji o tym, że mamy stażystę/stażystkę (po zakończonym okresie wdrożeniowym, opis „stażysta/stażystka” zmieniamy na właściwy opis stanowiska pracy). Przekazanie kandydatowi/kandydatce literatury wraz z pytaniami do poszczególnych artykułów lub fragmentów książek oraz wskazanie, z czym po kolei powinien/powinna się zapoznać (odpowiedzi stażysta/stażystka przesyła mentorowi mailem).

→ 2-5 dzień

- wprowadzenie na sali – obserwacja stażysty/stażystki w kontakcie z dziećmi, udzielanie bieżącej informacji zwrotnej, zachęcanie do generowania własnych rozwiązań („Jak mógłbyś/mogłabyś to powiedzieć inaczej?”) w duchu podejścia pedagogicznego placówki. Nowa osoba obserwuje rozmowy z rodzicami prowadzone przez personel. Rozmowy dotyczące odpowiedzi na pytania do zalecanej literatury.

→ Kolejne dni

- przygotowanie kandydata/kandydatki do rozmów z rodzicami – ćwiczenie na podstawie zbudowanych przez kandydata/kandydatkę komunikatów. Rozmowy z rodzicami. Omówienie ich przebiegu z kandydatem/kandydatką.
- mentor pozostaje do dyspozycji kandydata/kandydatki – istotne, aby jeszcze przez jakiś czas po wdrożeniu, kandydat/kandydatka mógł/mogła liczyć na wsparcie informacyjne mentora.

2. Po przejściu okresu próbnego i zatrudnieniu, osoba przechodzi etapy wdrożenia opisane w tabeli w punkcie D.

D. ETAPY POSTĘPOWANIA WDROŻENIOWEGO PERSONELU PLACÓWKI

Kolejne etapy wdrożenia	Opis
<p>Szkolenie dla mentora z zakresu merytorycznego modelu placówki</p>	<p>Odbycie szkolenia wdrażającego do objęcia roli mentora modelu - szkolenie wewnętrzne, mające na celu wyposażenie osoby w zasób wiedzy umożliwiający wdrażanie nowych pracowników/pracownic.</p> <p>Szkolenie mające na celu wyposażenie pracownika w zasób wiedzy umożliwiający wdrażanie nowych/ pozostałych pracowników. Zapoznanie się z materiałami dotyczącymi modelu, podejścia pedagogicznego i budowania empatycznych relacji. Zapoznanie się z literaturą dotyczącą pedagogiki Jespera Juula i Porozumienia Bez Przemocy.</p> <p>Jeśli placówka posiada środki, oprócz szkolenia wewnętrznego warto zapewnić mentorowi udział w warsztatach inspirowanych pedagogiką Juula (http://www.family-lab.pl/), warsztatach dotyczących komunikacji w duchu Porozumienia Bez Przemocy (NVC, http://trenerzynvc.pl/), warsztatach z jogi i mindfulness dla dzieci.</p> <p>MATERIAŁY:</p> <p>Opis modelu ze wszystkimi jego elementami.</p> <p>Lektury, przede wszystkim:</p> <ul style="list-style-type: none"> - „Twoje kompetentne dziecko” i „NIE z miłości”, J. Juul - „Porozumienie bez przemocy: o języku życia”, M.B. Rosenberg - „Kiedy twoja złość krzywdzi dziecko”, M. McKay, K. Paleg, P. Fanning, D. Landis - Film „Brene Brown on empathy”: youtube.com/watch?v=1Evwgu369Jw

<p>Wprowadzenie nowego/ pozostałych pracowników (1 etap)</p>	<p>Szkolenie dotyczące podejścia pedagogicznego, przedstawienie zakresu obowiązków na stanowiskach pracy. Przekazanie opisu podejścia pedagogicznego oraz zakresu obowiązków w formie papierowej. Omówienie modelu komunikacyjnego z rodzicami. Odpowiedź na pojawiające się na tym etapie pytania. Wyznaczenie pierwszej lektury do opracowania w domu (patrz poniżej tabeli).</p> <p>Jeśli placówka posiada środki, oprócz szkolenia wewnętrznego warto zapewnić mentorowi udział w warsztatach inspirowanych pedagogiką Juula (http://www.family-lab.pl/), warsztatach dotyczących komunikacji w duchu Porozumienia Bez Przemocy (NVC), warsztatach z jogi i mindfulness dla dzieci.</p> <p>MATERIAŁY:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Opis podejścia pedagogicznego - Film „Brene Brown on empathy”: youtube.com/watch?v=1Ewvgu369Jw
<p>Wprowadzenie modelu na sali (2 etap)</p>	<p>Obserwacja przez mentora modelu personelu w kontakcie z dziećmi, udzielanie bieżącej informacji zwrotnej. Zachęcanie do generowania własnych rozwiązań: „Jak mogłabyś to powiedzieć inaczej?”. Wdrożenie komunikacji operacyjnej (patrz: część modelu dotycząca komunikacji z rodzicami) według wytycznych modelu – obserwacje rozmów z rodzicami prowadzonych przez personel. Rozmowy dotyczące odpowiedzi na pytania do literatury.</p>
<p>Udział w comiesięcznych spotkaniach superwizyjnych z mentorem</p>	<p>Istotne, aby jeszcze przez jakiś czas po wdrożeniu, pracownicy mogli liczyć na bieżące wsparcie informacyjne mentora. Na kolejnych, comiesięcznych spotkaniach superwizyjnych zespołu z mentorem, następować będzie omówienie następnych lektur/odpowiedzi na zadane pytania i bieżących trudności kadry.</p>

<p>Podnoszenie kwalifikacji poprzez udział w szkoleniach, warsztatach, konferencjach</p>	<p>Przede wszystkim udział w szkoleniach wewnętrznych organizowanych na terenie placówki.</p> <p>Sugerowane tematy szkoleń:</p> <ul style="list-style-type: none">- Porozumienie Bez Przemocy – 4 kroki- NVC w relacji z rodzicem- NVC w relacji z dzieckiem w sytuacjach trudnych- NVC – empatia dla siebie- NVC – mini-mediacje- Trening empatii – w oparciu o pięć naturalnych kompetencji wg. J. Juula i H. Jensen- O wartościach J. Juula i ich praktykowaniu- Jak budować poczucie własnej wartości i wiarę w siebie u dzieci?- Wspieranie dzieci w samodzielności- Kontakt z rodzicem- Komunikacja interpersonalna- Self-reg- Rozpoznawanie potrzeb u dzieci- Mindfulness – trening uważności
--	---

E. PRZYKŁADOWE ZADANIA NA ETAPIE WDROŻENIOWYM

1 tydzień wdrożenia: J. Juul, „Twoje kompetentne dziecko”

Pracownicy otrzymują listę pytań do lektury, odpowiedzi spływają do mentora drogą mailową:

- ➔ a) czym jest poczucie własnej wartości? Jak je budować i wzmacniać u dzieci?
- ➔ b) czym jest wiara w siebie i jak można ją budować?
- ➔ c) czym różni się dostrzeganie od oceny? Spróbuj sformułować dwa komunikaty, które dostrzegają dziecko i dwa, które je oceniają.

2 tydzień wdrożenia: J. Juul, „NIE z miłości”

„Jak określać dziecku stałe granice?” – Ćwiczenie do wykonania w czasie lektury:

1. Komunikat powinien dotyczyć zachowania dziecka:

NIE	TAK
Aniu, nie widzisz, że jestem zajęta?	Rozmawiam, stukanie mi przeszkadza.
Piotrek, czy ty nigdy nie możesz powiesić swojej kurtki?	Piotrku, chcę żebyś powiesił kurtkę na wieszaku przy Twojej szafce.
Antek, muszę wiecznie na ciebie czekać, czemu się tak ślimaczysz?	Antku chcę, żebyś zaczął ubierać buty, za chwilę wychodzimy.

2. Bądź konkretny – powiedz jasno, czego oczekujesz:

NIE	TAK
Tylko nie rzucaj tym znów w Jasia!	Chcę, żebyś podał Jasiowi zabawkę do ręki.
Nie gadaj tyle podczas zajęć!	Chcę, żebyś przez chwilę mnie posłuchał.
Bądź grzeczny!	Chcę, żebyś usiadł z nami. Chcę, żebyś pomógł mi pozbierać zabawki.

3. Mów stanowczo, ale nie podnoś głosu.

4. Określ konsekwencje:

NIE	TAK
Tylko nie jedź rowerem po ulicy, bo możesz wpaść pod auto!	Rowerem możesz jeździć po chodniku lub na podwórku. Inaczej schowam go w garażu.
Jeśli nie podejdziesz do mnie umyć rąk, to zobaczysz!	Jeśli chcesz zjeść śniadanie, proszę umyj ręce. Inaczej będziesz musiał poczekać na nas na dywanie.
Jak ty się bawisz tą plasteliną, wszędzie jest bałagan!	Plasteliną bawimy się przy stole. Jeśli chcesz bawić się na kształtkach, plastelina zostaje na stole.

3 tydzień wdrożenia: M. McKay, P. Fanning, K.Paleg, D.Landis, „Kiedy Twoja złość krzywdzi dziecko”, tu zwłaszcza rozdział 4: Dlaczego dzieci zachowują się tak, jak się zachowują?

- ➔ a) jakie cechy składają się na temperament?
- ➔ b) jakie są zachowania typowe dla wieku dziecka trzyletniego/czteroletniego/pięcioletniego?
- ➔ c) co jeszcze wpływa na zachowanie dzieci?

4 tydzień wdrożenia: Marshall B. Rosenberg, „Porozumienie bez przemocy. O języku serca” oraz dodatkowo film „Brene Brown on Empathy”:

<http://www.youtube.com/watch?v=1Evwgu369Jw>

- ➔ a) zanotuj trzy obserwacje i trzy oceny na temat własnej osoby
- ➔ b) zanotuj, jakie uczucia pojawiają się w Tobie w odpowiedzi na te obserwacje oraz myśli, które masz na ten temat
- ➔ c) odczytaj poniższe komunikaty i zidentyfikuj potrzebę, jaka za nimi stoi (potrzeby mogą być bardzo różne – podane odpowiedzi nie zamykają katalogu)

Jesteś nieodpowiedzialna. Ustaliliśmy wspólnie, że będziemy powiadamiać się o nieobecności.	Potrzeba: przewidywalności, bezpieczeństwa, zaufania.
Wszyscy na tym szkoleniu znają się na NVC lepiej niż ja.	Potrzeba: kompetencji, równych szans.
Ależ to nudne.	Potrzeba: zabawy, kreatywności, inspiracji, rozrywki.

Niech poczeka do następnego spotkania, kiedy to ja będę animatorem. Tak samo będę jej przerywał, zobaczymy, co na to powie.	Potrzeba: bycia wysłuchanym, szacunku, współpracy.
Mam nadzieję, że nie zaczniesz mi drzeć głós.	Potrzeba: komfortu emocjonalnego, sukcesu, spokoju, pewności.
Ci ludzie są tacy zimni i skostniali.	Potrzeba: empatii, bezpieczeństwa emocjonalnego, bliskości.
Zwariuję zaraz od tego naukowego gadania.	Potrzeba: przejrzystości, prostoty, zrozumienia, kompetencji.

Przekształć każde z powyższych twierdzeń w obserwację, znajdź do niej odpowiednie uczucie i potrzebę, które mogą za nim stać.

Propozycja dla przykładu 1:

Zniechęciłam się, gdy usłyszałam, że nikogo nie powiadomiła o swojej nieobecności, bo chciałam móc liczyć na stosowanie się do wspólnych ustaleń. (Potrzeby: zaufania, polegania na innych, integralności)

Poczułam zniechęcenie i złość, gdy nie miałam informacji od Ciebie o nieobecności, bo potrzebuję zaufania i przewidywalności. Chciałam, żebyś mi powiedziała, dlaczego Cię nie było.

→ d) czym jest empatia?

→ e) co zamiast empatii ludzie zwykle oferują komuś, kto mówi o swoim bólu lub niepowodzeniach?

7.

**LITERATURA
POLECANA**

A. KSIĄŻKI DLA DZIECI

W KONTEKŚCIE DOMOWYM, ŻŁOBKOWYM, PRZEDSZKOLNYM ZDARZA SIĘ, ŻE SIĘGAMY PO KSIĄŻKI, WIERSZE, PIOSENKI I WYLICZANKI, KTÓRE KSZTAŁTOWAŁY NASZE WŁASNE DZIECIŃSTWO.

Decydując się na bajki typu: Czerwony Kapturek, Jaś i Małgosia, wiersze: Murzynek Bambo, W pokoiku na stoliku, wyliczanki: Beksa lala, piosenki: Mam chusteczkę haftowaną, Jestem sobie przedszkolaczek – zwróćmy uwagę, jaki przekaz niosą te pozycje, co oznaczają dla dziecka, jaką budują narrację. Jeśli decydujemy się na tego typu utwory, budujmy ich interpretację wspólnie z dziećmi, uwzględniając emocje, jakie mogą wzbudzać w dzieciach.

Możemy też zmodyfikować kontrowersyjne fragmenty piosenek i wyliczanek, np. zamiast „tej nie kocham, tej nie lubię” zaśpiewajmy z dziećmi: „ciebie kocham, ciebie lubię”. Także piosenka „Przedszkolaczek” zyskała nową odsłonę, którą łatwo znaleźć w internecie – zamiast „nie grymaszę i nie płaczę” użyto w niej słów „jestem ważny – dużo znaczę”, a „kto jest beksą i mazgajem, ten się do nas nie nadaje, niechaj w domu siedzi sam” zastąpiono przez „tu jest miejsce dla każdego, każdy naszym jest kolegą, razem w grupie miło nam”. Zachęcamy do uważnego doboru treści, jednak nie unikajmy omawiania kontrowersyjnych tematów – to pomaga dzieciom uświadamiać sobie swoje granice i promować ważne dla nas wartości.


Przy wspieraniu rozwoju emocjonalnego dzieci polecamy skorzystać z poniższych lektur (do wykorzystania w grupie żłobkowej):

- „Babo chce”, Eva Susso, Wydawnictwo Zakamarki, Poznań 2010.
- „Czy ktoś widział zajączka?”, Przemysław wechterowicz, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2017.
- „Dobranoc gorylku”, Peggy Rathmann, Wydawnictwo Dwie Siostry, Warszawa 2015.
- „Droga na górę”, Marianne Dubuc, Wydawnictwo Wytwórnia, Warszawa 2019.
- „Dzielna Małpka”, Marta Altes, Wydawnictwo Tako, Toruń 2018.
- „Idziemy na niedźwiedzia”, Michael Rosen, Wydawnictwo Dwie Siostry, Warszawa 2015.
- „Kasia i brzusek mamy”, Liesbet Slegers, Wydawnictwo Adamada, Gdańsk 2017.
- „Kasia idzie do lekarza”, Liesbet Slegers, Wydawnictwo Adamada, Gdańsk 2017.
- „Kicia Kocia i Nunuś. Kochamy!”, Anita Głowińska, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2017.
- „Kicia Kocia i Nunuś. Na nocniku”, Anita Głowińska, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2016.
- „Kicia Kocia i Nunuś. Nie, Nunusiu! Tak, Nunusiu!”, Anita Głowińska, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2018.

- „Kicia Kocia jest chora”, Anita Głowińska, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2019.
- „Kicia Kocia ma braciszka Nunusia”, Anita Głowińska, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2019.
- „Kicia Kocia mówi, Co z tymi śmieciami?”, Anita Głowińska, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2019.
- „Kicia Kocia mówi: Nie!”, Anita Głowińska, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2019.
- „Kicia Kocia na placu zabaw”, Anita Głowińska, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2019.
- „Kicia Kocia: Nie chcę się tak bawić!”, Anita Głowińska, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2019.
- „Kicia Kocia nie może zasnąć”, Anita Głowińska, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2019.
- „Kicia Kocia, To moje!” Anita Głowińska, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 2019.
- „Lalo gra na bębnie”, Eva Susso, Wydawnictwo Zakamarki, Poznań 2009.
- „Lubię Leosia”, Pija Lindenbaum, Wydawnictwo Zakamarki, Poznań 2016.
- „Miś Maksa”, Barbro Lindgren, Wydawnictwo Zakamarki, Poznań 2015.
- „Mój tata”, Anthony Browne, Wydawnictwo Dwie Siostry, Warszawa 2016.
- „Nie!”, Marta Altes, Wydawnictwo Adamada, Gdańsk 2011.
- „Nie płacz króliczku”, Jorg Muhle, Wydawnictwo Dwie Siostry, Warszawa 2017.
- „Nie trzeba słów”, Armando Quintero, Marco Soma, Wydawnictwo Tako, Toruń 2015.
- „O nie dudusiu”, Chris Haughton, Wydawnictwo Dwie Siostry, Warszawa 2019.
- „O żółwiu, który chciał spać”, Roberto Aliaga, Wydawnictwo Tako, Toruń 2011.
- „Piłka Maksa”, Barbro Lindgren, Wydawnictwo Zakamarki, Poznań 2008.
- „Razem”, Taro Miura, Wydawnictwo Tako, Toruń 2018.
- „Sto lat, Mysiu”, Lucy Cousins, Wydawnictwo Dwie Siostry, Warszawa 2018.
- „Śpij króliczku”, Jorg Muhle, Wydawnictwo Dwie Siostry, Warszawa 2017.
- „Tej nocy miś chce być duży”, Ulf Stark, Charlotte Ramel, Wydawnictwo Zakamarki, Poznań 2019.
- „Trochę się zgubiłam”, Chris Haughton, Wydawnictwo Dwie Siostry, Warszawa 2019.
- „W moim sercu, księga uczuć”, Jo Witek, Christine Roussey, Wydawnictwo Mamania, Warszawa 2016.

- „Wielka złość małego zajączka”, Monika Filipina, Wydawnictwo Ezop, Warszawa 2007.
- „Wszyscy ziewają”, Anita Bijsterbosch, Wydawnictwo Adamada, Gdańsk 2016.
- „Wymyśl coś!”, Anna-Clara Tidholm, Wydawnictwo Zakamarki, Poznań 2013.
- „Zguba Michałka”, Julia Hartwig, Wydawnictwo Emka, Warszawa 2016

Przy kształtowaniu postawy empatycznej u dzieci, polecamy skorzystać z poniższych lektur (do wykorzystania w grupie przedszkolnej). Dla łatwiejszej orientacji i uszczegółowienia aspektów treningu empatii, spis podzielono na kategorie.

 **ASERTYWNOŚĆ, UMIEJĘTNOŚĆ MÓWIENIA „NIE” STAWIANIA GRANIC, NIEULEGANIA PRESJI OTOCZENIA, POZOSTAWANIE W ZGODZIE Z SOBĄ, Z WYZNAWANYMI WARTOŚCIAMI, UMIEJĘTNOŚĆ BRONIENIA WŁASNEGO ZDANIA, NONKONFORMIZM**

- „A ja nie chcę być księżniczką”, Grzegorz Kasdepke, ilustracje Emilia Dziubak, Wydawnictwo Nasza Księgarnia, Warszawa 2015.
- „Biała księżniczka i złoty Smok”, Petra Finy, ilustracje Mari Takács, przekład Sebastian Stachowski, Wydawnictwo Namas, Poznań 2011.
- „Czy jesteś tchórzem, Albercie?”, Gunilla Bergström (tekst i ilustracje), przekład Katarzyna Skalska, Wydawnictwo Zakamarki, Poznań 2014.
- „Grzeczna”, Gro Dahle, przekład Helena Garczyńska, ilustracje Svein Nyhus, Wydawnictwo EneDueRabe, Gdańsk 2011.
- „Igor i lalki”, Pija Lindenbaum, przekład Katarzyna Skalska, Wydawnictwo Zakamarki, Poznań 2009.
- „Lala Lolka”, Katarzyna Bogucka, Wydawnictwo Ładne Halo, Łódź 2012.
- „Lalka Williama”, Charlotte Zolotow, przekład Agnieszka Graff, Wydawnictwo Czarna Owieczka, Warszawa 2012.
- „Młoda Charlotte filmowiec”, Frank Viva (tekst i ilustracje), przekład Barbara Słomka, Wydawnictwo Kocur Bury, Łódź 2016.
- „Niebieska niedźwiedzica”, Joanna M. Chmielewska, ilustracje Jona Jung, Wydawnictwo Bajka, Warszawa 2012.
- „O królownie, która chciała jeździć koparką”, Wilczyński Janusz, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2011.



” O.J.Harvey, profesor psychologii z uniwersytetu stanowego w Kolorado, prowadzi badania nad związkami między językiem, a przemocą. Losowo wybrał fragmenty tekstów literackich z wielu różnych krajów i porównał częstotliwość, z jaką pojawiają się słowa, za pomocą których klasyfikuje się i osądza ludzi. Jego eksperyment dowiódł istnienia wyraźnej korelacji między częstym używaniem takich słów a przypadkami przemocy. Ani trochę nie zaskoczyła mnie wiadomość, że w obrębie kultur, w których ludzie rozumują kategoriami ludzkich potrzeb, przemoc występuje znacznie rzadziej niż tam, gdzie przyklepiają sobie nawzajem etykiety „dobrych” i „złych”, wierząc przy tym, że źli zasługują na karę.

Marshall B. Rosenberg, „Porozumienie Bez Przemocy”, Wydanie 3 rozszerzone, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2016.

- „Pięciu Nieudanych”, Beatrice Alemagna (tekst i ilustracje), przekład Ewa Nicewicz-Staszowska, Wydawnictwo Dwie Siostry, Warszawa 2015.
- „Różia Rewelka, inżynierka”, Andrea Beaty, ilustracje David Roberts, przekład Łukasz witzczak, Wydawnictwo Kinderkulka, Warszawa 2017.
- „Różowa walizka”, Susie Morgenstern, ilustracje Serge Bloch, przekład Iwona Janczy, Wydawnictwo Adamada, Gdańsk 2017.
- „Siedmiu Wspaniałych i sześć innych nie całkiem nieznanymi historii”, Roksana Jędrzejewska-Wróbel, ilustracje Joanna Olechnowicz-Czernichowska, Wydawnictwo Bajka, Warszawa 2010.
- „Słoń na Księżycu”, Gosia Herba, Mikołaj Pasiński, Wydawnictwo Centrala, Poznań 2016.
- „Weronika nie chce zostać modelką”, Francesca Capeli, przekład Agnieszka Maria Stefańska, seria: Wielkie problemy naszych dzieci, Wydawnictwo WAM, Kraków 2010.
- „Zbyt miła”, Marjorie White Pellegrino, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2008.

BRAK WIARY W SIEBIE, SWOJE MOŻLIWOŚCI

- „Chyba jestem nieśmiały”, Barbara Cain, ilustracje Monika Pollak, przekład Małgorzata Trzebiatowska, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2008.
- „Doskonały projekt”, dr Tracy Packiam Alloway, ilustracje Ana Sanfelippo, przekład Ewa Kleszcz, Wydawnictwo Zielona Sowa, Warszawa 2019.
- „Koala, który się trzymał”, Rachel Bright, ilustracje Jim Field, przekład Barbara Supeł, Wydawnictwo Zielona Sowa, Warszawa 2017.
- „Kropka”, Peter H. Reynolds (tekst i ilustracje), przekład Iwona Mączka, Wydawnictwo Mamania, Warszawa 2017.
- „Mysz, która chciała być lwem”, Rachel Bright, ilustracje Jim Field, przekład Barbara Supeł, Wydawnictwo Zielona Sowa, Warszawa 2017.
- „O Melanii, Melchiorze i panu Przypadku”, Roksana Jędrzejewska-Wróbel, ilustracje Paweł Pawlak, Wydawnictwo Bajka, Warszawa 2013.
- „Petra”, Marianna Coppo, przekład Gabriela Rogowska, wydawnictwo Wytwórnia, Warszawa 2019.
- „Przygoda z mapą”, dr Tracy Packiam Alloway, ilustracje Ana Sanfelippo, przekład Ewa Kleszcz, Wydawnictwo Zielona Sowa, Warszawa 2019.

- „Pudełko Hanki”, Peter Carnavas, ilustracje Peter Carnavas, przekład Ewa Chmielewska-Tomczak, Wydawnictwo Adamada, Gdańsk 2016.
- „Sam na placu zabaw”, dr Tracy Packiam Alloway, ilustracje Ana Sanfelippo, przekład Ewa Kleszcz, Wydawnictwo Zielona Sowa, Warszawa 2019.
- „Supeł”, ilustracje Jim Field, Wydawnictwo Zielona Sowa, Warszawa 2018.
- „Tajemnica króliczej karmy”, dr Tracy Packiam Alloway, ilustracje Ana Sanfelippo, przekład Ewa Kleszcz, Wydawnictwo Zielona Sowa, Warszawa 2019.
- „Wiewiórki, które nie chciały się dzielić”, Rachel Bright, ilustracje Jim Field, przekład Barbara Supeł, Wydawnictwo Zielona Sowa, Warszawa 2018.

EMOCJE (JAK JE ROZPOZNAWAĆ, NAZYWAĆ I WYRAŻAĆ)

- „A królik słuchał”, Cori Doerrfeld, przekład Zofia Raczek, Wydawnictwo Mamaniana, Warszawa 2018.
- „Albert i potwór”, Gunilla Bergström (tekst i ilustracje), przekład Katarzyna Skalska, Wydawnictwo Zakamarki, Poznań 2014.
- „Artek i bardzo długi tydzień”, Magdalena Zarebska, ilustracje Katarzyna Nowowiejska, Wydawnictwo Skrzat, Kraków 2019
- „Benio, tata i reszta świata”, Izabela Michta, ilustracje Katarzyna Nowowiejska, Wydawnictwo Skrzat, Kraków 2019.
- „Billy jest zły”, Brigitta Stenberg, przekład Hanna Dymel-Trzebatowska, ilustracje Mati Lepp, Wydawnictwo Ene Due Rabe, Gdańsk 2012.
- „Centrum Zdrowia Dźwięków”, Edyta Mucha, ilustracje Marta Stachowiak, Wydawnictwo By Fly, Tychy 2019.
- „Czujemisie”, Agata Królak (tekst i ilustracje), Wydawnictwo Dwie Siostry, Warszawa 2018.
- „Doris ma dość”, Pija Lindenbaum (tekst i ilustracje), przekład Katarzyna Skalska, Wydawnictwo, Zakamarki, Poznań 2016.
- „Frania, kupmi i takale”, Iwona Czerkas, ilustracje Katarzyna Nowowiejska, Wydawnictwo Skrzat, Kraków 2018.
- „Jestem wściekły”, Dagmar Geisler (tekst i ilustracje), przekład Magdalena Jałowiec, Wydawnictwo Jedność, Kielce 2016.
- „Kolorowy potwór”, Anna Llenas (tekst i ilustracje), przekład Jowita Maksymowicz-Hamann, Wydawnictwo Mamaniana, Warszawa 2018.

- „Lew Staszek i siła uważności”, Agnieszka Pawłowska, ilustracje Kinga Kałużna, Wydawnictwo Poznańskie Sp. z o.o., Poznań 2015.
- „Miłość”, Astrid Desbordes, przekład Paweł Łapiński, ilustracje Pauline Martin, Wydawnictwo Entliczek, Warszawa 2016.
- „Sam i Watson przeganiają gniew”, Ghislaine Dulier, ilustracje Bérengère Delaporte, przekład Iwona Janczy, Wydawnictwo Adamada, Gdańsk 2017.
- „Smok Lubomił i tajemnice złości”, Wojciech Kołyszko, Jovanka Tomaszewska, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005.
- „Uśmiech dla Żabki”, Przemysław wechterowicz, Emilia Dziubak, Agencja Edytorska Ezop, Warszawa 2014.
- „Zlatanka i ukochany wujek”, Pija Lindenbaum, przekład Katarzyna Skalska, Wydawnictwo Zakamarki, Poznań 2012.

BAJKI O UCZUCIACH

- „Smutek i zaklęte miasto” (poprzednie wydanie „Zaklęte miasto i sekrety smutku”), Jovanka Tomaszewska, Wojciech Kołyszko, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2016.
- „Strach i pogromca potworów” (poprzednie wydanie „Pogromca potworów i magia strachu”), Jovanka Tomaszewska, Wojciech Kołyszko, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2016.
- „Radość i wyspa Hopsiup” (wcześniej „Wyspa Hopsiup i potęga radości”), Jovanka Tomaszewska, Wojciech Kołyszko, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2015.
- „Wstyd i latający śpiwór” (wcześniej „Latający śpiwór i maski wstydu”), Jovanka Tomaszewska, Wojciech Kołyszko, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2016.
- „Zazdrość i wyścigi żółwi” (poprzednie wydanie „Bawian, Cudanna i pułapki zazdrości”), Jovanka Tomaszewska, Wojciech Kołyszko, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2016.
- „Złość i smok Lubomił” (poprzednie wydanie Smok Lubomił i tajemnice złości), Jovanka Tomaszewska, Wojciech Kołyszko, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2016.

 **EMPATIA**

- „Ciapek”, Wanda Szymanowska, ilustracje Agnieszka Kazała, Wydawnictwo Literackie Białe Pióro, Warszawa 2016.
- „Czarna książka kolorów”, Menena Cottin, ilustracje Rosana Faría, przekład Marta Jordan, Wydawnictwo Widnokrąg, Warszawa 2012.
- „Duże sprawy w małych głowach”, Agnieszka Kossowska, ilustracje Jacek Ambrożewski, Patricija Bliuj-Stodulska, Anna Kloza-Rozwadowska, Szaweł Płóciennik, Wydawca: Stowarzyszenie Terapeutów zależnych, Opole 2015.
- „Dziadek jest chory”, Silvia Roncaglia, ilustracje Alessandra Cimatoribus, przekład Agnieszka Maria Stefańska, Wydawnictwo WAM, seria Wielkie problemy naszych dzieci, Kraków 2009.
- „Dżok – legenda o psiej wierności”, Barbara Gawryluk, ilustracje Iwona Cała, Wydawnictwo Literatura, Łódź 2015.
- „Elmer”, David McKee, przekład Dominika Dominów, Wydawnictwo Papilon, Poznań, 2018.
- „Gdzie jest pan Amos?”, Philip C. Stead, ilustracje Erin E. Stead, przekład Maria Grabska-Ryńska, Wydawnictwo Debit, Katowice 2018.
- „Jeżyk zwany Pajacykiem”, Alicja Podgrodzka, ilustracje Aleksandra Włodarczyk, Wydawca terAPKA, Lubliniec 2018.
- „Kto ukradł jutro? Czyli dlaczego nie jest jak z obrazka”, Olga Ptak, ilustracje Dominika Czerniak-Chojnacka, Wydawnictwo ALBUS, Poznań 2019.
- „Niedźwiedź” – łowca motyli”, Susanna Isern, ilustracje Marjorie Pourchet, przekład Weronika Perez Borjas, Wydawnictwo Tako, Toruń 2016.
- „Niezapominajka”, Agnieszka Świętek (tekst i ilustracje), Wydawnictwo Widnokrąg, Piaseczno, 2018.
- „Paw, co ogon miał z przyjaźni”, Pan Poeta, ilustracje Joanna Młynarczyk, Wydawnictwo Prószyński i S-ka, Warszawa, 2018.
- „Podróż”, tekst i ilustracje Francesca Sanna, przekład Agata Napiórska, Wydawnictwo Kultura Gniewu, Warszawa 2016.
- „Różowe środy albo podróż z ciotką Huldą”, Sylvia Heinlein, ilustracje Anke Kuhl, przekład Tomasz Ososiński, Wydawnictwo Dwie Siostry, Warszawa 2015.
- „Uratuj mnie!”, Patrick Georg, Wydawnictwo Bajka, Warszawa 2017.
- „Wędrówka Nabu”, Jarosław Mikołajewski, ilustracje Joanna Rusinek, Wydawnictwo Austeria, Kraków 2016.
- „Zebra”, Ifi Ude, ilustracje Nežka Šatkov, Wydawnictwo Poławiacze Pereł, Warszawa 2013.

B. LITERATURA POLECANA RODZICOM I PERSONELOWI

- „Agresja – nowe tabu? Dlaczego jest potrzebna nam i naszym dzieciom?”, Jesper Juul, Wydawnictwo MiND, Podkowa Leśna, 2013.
- „Empatia wzmacnia dzieci, trzyma cały świat razem”, Jesper Juul, Helle Jensen, Peter Hoeg, Jes Bertelsen, Steen Hildebrandt, Michael Stubberup, Wydawnictwo MiND, Podkowa Leśna, 2018.
- „Kiedy Twoja złość krzywdzi dziecko: Poradnik dla rodziców”, Mathew McKay, Wydawnictwo MiND, Podkowa Leśna, 2012.
- „NIE” z miłości: mądrzy rodzice – silne dzieci”, Jesper Juul, Wydawnictwo MiND, Podkowa Leśna, 2011.
- „Porozumienie bez przemocy: o języku serca”, Marshall Rosenberg, Wydawnictwo Jacek Santorski & Co., Warszawa, 2003.
- „Porozumienie bez przemocy: o języku życia”, Marshall Rosenberg, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa, 2016.
- „Twoja kompetentna rodzina: nowe drogi wychowania”, Jesper Juul, Wydawnictwo MiND, Podkowa Leśna 2011.
- „Twoje kompetentne dziecko: dlaczego powinniśmy traktować dzieci poważniej?”, Jesper Juul, Wydawnictwo MiND, Pruszków 2012.
- „W świecie porozumienia bez przemocy: praktyczne narzędzia do budowania więzi i komunikacji”, Marshall Rosenberg, Wydawnictwo MiND, Podkowa Leśna, 2013.
- „Szanujący rodzice. Szanujące dzieci. Jak zamienić rodzinne konflikty we współdziałanie?”, S. Hart, V. Kindle Hodson, Wydawnictwo MiND, 2006.
- „Dialog zamiast kar”, Z. A. Żuczkowska, Wydawnictwo MiND, 2013.
- „Świadome Rodzicielstwo”, D. Siegel, M. Hartzell, Wydawnictwo MiND, Podkowa Leśna 2015.
- „The Yes Brain. Mózg na tak”, Siegel Daniel J., Payne-Bryson Tina, Wydawnictwo Harper Collins, Warszawa 2018.



Kiedy dajemy z serca, powoduje nami radość, która w nas tryska, ilekroć dobrowolnie wzbogacamy cudze życie. Z takiego dawania pożytek mają obie strony: ten, kto daje, i ten, kto bierze. Obdarowany cieszy się z prezentu, nie obawiając się konsekwencji, jakie pociąga za sobą przyjmowanie darów motywowanych strachem, poczuciem winy, wstydem lub żądzą zysku. Jako ofiarodawcy także czerpiemy korzyść, zyskujemy bowiem szacunek do samych siebie, gdy widzimy, że nasze wysiłki komuś pomagają.

Marshall B. Rosenberg,
„Porozumienie Bez Przemocy”,
Wydanie 3 rozszerzone,
Wydawnictwo Czarna Owca,
Warszawa 2016.

**DZIĘKUJEMY
ZA DZIŚ !**