

SZCZĘŚLIWY EKOLUDEK

NR 27

GAZETKA DLA RODZICÓW I DZIECI



Wydawnictwo: Przedszkole Nr 8 „Zielony Zakątek”

Ul. Rybickiego 2

96-100 Skierniewice

tel./046/ 833-21-28

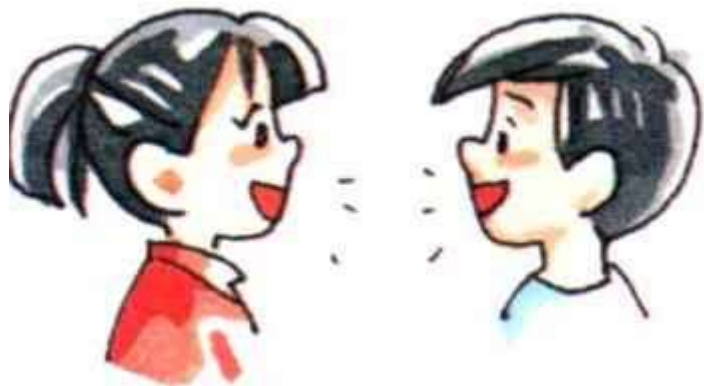
www.p8skierniewice.wikom.pl

Redaktorzy gazetki: Edyta Adamiec, Anna Szymańska, Martyna Adamczyk-Miszczak, Ilona Nowak

Motto: Dziecko chce być dobre. Jeśli nie umie - naucz. Jeśli nie wie - wytłumacz. Jeśli nie może - pomóż.

/J. Korczak/

Porozumienie bez Przemocy ...



NVC - Nonviolent Communication tłum. „Porozumienie bez przemocy” to praktyczny sposób komunikacji opracowany przez dr. Marshalla B. Rosenberga, który prowadzi do lepszego rozumienia siebie i innych, lepszego komunikowania się, a zarazem lepszego rozwiązywania problemów i konfliktów.

Nasze przedszkole miało zaszczyt zaprosić dzieci z grupy Kotki oraz chętnych rodziców i nauczycielki na warsztaty z tej metody. Zainteresowanych odsyłamy do krótkiego artykułu, dotyczącego głównych zasad Porozumienia bez przemocy.

Główne zasady Porozumienia bez Przemocy:

- jasna świadomość własnych uczuć i potrzeb.
- empatia dla uczuć i potrzeb innych ludzi.
- klarowne wyrażenie swoich potrzeb w postaci prośb.

- rezygnacja z żądań, oskarżeń, krytyki, wydawania ocen i wszelkiej przemocy werbalnej

System edukacyjny, w którym żyjemy, preferuje nagradzanie za takie zachowania i odpowiedzi, które zostały zdefiniowane jako właściwe przez jakiś autorytet. Jesteśmy pokoleniem ludzi, których nikt nie pytał o nasze potrzeby. Dlatego trudno nam nazywać swoje uczucia i rozpoznawać swoje potrzeby. Wszyscy ludzie mają takie same potrzeby. I kiedy wejdziemy na ten poziom rozumienia potrzeb, okazuje się, że różne nierozwiązywalne problemy nagle stają się rozwiązywalne. Sytuacja potrafi się zmienić, jeśli tylko uda się przeprowadzić zwaśnione strony (może to być rodzic i dziecko) ponad wydawaniem diagnoz, osądów na temat drugiej strony na poziom wspólnych potrzeb.

Rozpoznawanie potrzeb innych ludzi, bez względu na sposób, w jaki zostają wyrażone jest oczywiście bardzo trudne. Ta umiejętność wyczuwania, czego inni potrzebują, jest niezwykle istotna. Na przykład, jeżeli proszę o rozmowę na jakiś drażliwy temat, a odpowiedź brzmi: „Nie chcę o tym mówić”, rozpoznaję potrzebę ochrony przed czymś. Ten sposób odgadywania, czego każda strona potrzebuje, tworzy taką jakość relacji, która przybliży rozwiązanie konfliktu.

Oczywiście metoda jest dość skomplikowana, ponieważ po zrozumieniu potrzeb skonfliktowanych stron trzeba jeszcze ustalić strategię w języku pozytywnego działania. Wszyscy mamy jednakowe potrzeby - bez względu na płeć, poziom wykształcenia czy przekonania religijne. Tym, co różni jednego człowieka od drugiego, są strategie ich zaspakajania. Jeśli np. zapytamy ojca głośno zachowującego się dziecka, jaka jest jego potrzeba i

otrzymamy odpowiedź typu: „Potrzebuję, żeby moje dziecko było daleko ode mnie”, to oczywiście ów ojciec myli potrzebę (np. przebywania w ciszy) ze strategią (odestanie dziecka w odległe miejsce). Łagodzenie konfliktów jest łatwiejsze, jeśli oddzielamy nasze potrzeby od strategii, poprzez które je zaspakajamy.

Następnym krokiem przy rozwiązywaniu konfliktów jest sztuka sprawdzenia, czy potrzeby jednej strony zostały usłyszane przez drugą stronę. Nie możemy zakładać, że kiedy jedna strona wysłała sygnał, druga go odbiera. Dlatego, jeśli nie jesteśmy pewni, czy potrzeby zostały właściwie usłyszane, trzeba poprosić, by je powtórzono.

Teoretyczne ta metoda rozwiązywania konfliktów jest bardzo prosta. Wystarczyłoby powiedzieć sobie: „Oto potrzeby obu stron. Tutaj mamy zasoby służące do ich zaspakajania. Co możemy zrobić, żeby te potrzeby zaspokoić?”. Ale na nieszczęście, nie nauczono nas uwzględniać w naszym myśleniu ludzkich potrzeb. Nasze wychowanie idzie w kierunku odhumanizowania drugiej osoby, przyklepania etykietek, krytykowania i osądzania. Istnieją trzy czynniki, które mają wpływ na to, jak reagujemy w sytuacjach kryzysowych, czy uciekamy się do przemocy czy współczucia i empatii:

- język, którego nas nauczono
- sposób myślenia i porozumiewania się wpajany nam od dzieciństwa
- strategie, które stosujemy, aby mieć wpływ na siebie i innych.

Porozumienie bez przemocy to pozytywny język, empatyczny sposób myślenia i strategie bez kar i nagród. Proces ten opiera się na założeniu, że wszystko, co brzmi jak

diagnoza lub krytyka, wywołuje wrogość, a zatem uniemożliwia wchodzenie w związki z innymi ludźmi.

Porozumienie bez przemocy skupia się na tym, czy ludzkie potrzeby zostają zaspokojone, a jeżeli nie, to co można zrobić, żeby tak się stało. Jeżeli dla niektórych z Państwa jest to zbyt trudne lub niezrozumiałe to, pozwolę sobie zacytować: „Nie wolno niczego nie robić tylko dlatego, że nie można zrobić wszystkiego” (I. Turgieniew).

Zainteresowanych odsyłam do literatury: Marshall Rosenberg „Porozumienie bez przemocy. O języku serca”, Serena Rust „Tańcowała żyrafa z szakalem”, Ingrid Holler „Porozumienie bez przemocy - Ćwiczenia”



Poradnik logopedyczny

Nieprawidłowy rozwój mowy małych dzieci jest dla rodziców zrozumiałym powodem do niepokoju. O pomoc w przybliżeniu nam tej tematyki poprosiliśmy specjalistę - logopedę pracującą w naszym przedszkolu - panią Dorotę Rzepecką, która w każdym numerze tegorocznej gazetki dostarczy Państwu fachowej i jednocześnie praktycznej wiedzy na temat rozwoju mowy dziecka.

Smoczek nie zawsze jest dobrodziejstwem

W życiu każdego małego dziecka szczególną rolę przypisuje się jego umiejętności poznawania otaczającego go świata, dostrzegania związków w nim zachodzących, współdziałania oraz komunikowania się. Podając za prof. Idą Kurcz to „język służy reprezentacji świata w umyśle dziecka i jest głównym narzędziem poznawania i porozumiewania się z otoczeniem”. Jednakże mowa nie może rozwijać się prawidłowo bez właściwego rozwoju funkcji umysłowych takich jak pamięć, uwaga, percepcja słuchowa, wzrokowa i ruchowa, czy myślenie, ale przede wszystkim bez prawidłowej pracy podstawowych funkcji aparatu mowy tj. oddychania, fonacji i artykulacji oraz ich wzajemnej koordynacji. Niestety 80% zaburzeń w obrębie narządów artykulacyjnych powstaje w wyniku niewłaściwego postępowania z dzieckiem. Czynniki, które mogą w konsekwencji powodować nieprawidłowy rozwój mowy to min.: nieprawidłowa funkcja połykania, oddychanie przez usta, które mogą być skutkiem zbyt długiego i niewłaściwego używania smoczka czy butelki. Aby więc uniknąć bardzo poważnych

konsekwencji trzeba mieć świadomość, że smoczek nie zawsze jest dobrodziejstwem, a zupki ze słoiczka lub te domowe zbyt długo miksowane powodują więcej szkody niż pożytku. Gdy dziecko jest nieco starsze należy zachęcać je do gryzienia twardszych kawałków pożywienia. Zęby są narządem żucia i muszą być do tego celu używane. Niemowlę przyzwyczajone do trzymania smoczka w ustach lub oddychające przez usta narażone jest oprócz wad zgryzu na obniżoną sprawność narządów artykulacyjnych, zwłaszcza problemy z pionizacją języka. Gumowy element trzymany wątkami dziąsłowymi lub pierwszymi zębami, czy ssany palec zwalnia od napinania mięśni wargowych, co uniemożliwia domykanie ust oraz utrudnia docieranie języka do podniebienia. Unoszący się język, napotykać na przeszkodę z konieczności przemieszcza się do przodu.



Najważniejsze konsekwencje długotrwałego ssania smoczka, karmienia butelką oraz podawania papkowatych pokarmów to:

Nieprawidłowa funkcja połykania

Rozróżnia się dwa sposoby połykania: niemowlęcy i poniemowlęcy. Niemowlęcy sposób połykania polega na połykaniu przy rozwartych szczękach z językiem wsuniętym między wątki dziąsłowe. Ten sposób połykania powinien zaniknąć w miarę wyrastania zębów mlecznych. Przetrwwały niemowlęcy sposób połykania powoduje wady zgryzu np. zgryz otwarty i przednie wychylenie zębów mlecznych, które skutkują poważnymi wadami wymowy, głównie nieprawidłowo wymawiane są [n, t, d, s, z,, c, dz].

Nawykowe oddychanie przez usta

Wpływ oddychania na narząd żucia rozpoczyna się od pierwszego oddechu noworodka. Dzięki temu, że oddychanie odbywa się przez nos, powietrze ulega ogrzaniu i częściowo oczyszczeniu, nawilżeniu oraz przygotowaniu do przemiany gazowej w pęcherzykach płucnych. Oddychanie przez usta powoduje:

- częste infekcje górnych dróg oddechowych
- zaburzenia zgryzowe w postaci tyłozgryzów, tyłożuchwia
- zwężenie szczęki
- zmiany w stawie skroniowo- żuchwowym
- zaburzenia napięcia mięśniowego warg
- wady wymowy

Opóźnienie rozwoju mowy i wady wymowy

Długotrwałe stosowanie smoczka i butelki pozbawia dziecko możliwości naturalnego napinania mięśni języka i warg oraz ćwiczenia unoszenia czubka języka do góry. To w konsekwencji prowadzi do opóźnienia rozwoju mowy (dziecko mówi mniej, ma uboższy zasób słów, przejawia niechęć do komunikowania się z otoczeniem) oraz nieprawidłowej wymowy wielu głosek.

Opracowała Dorota Rzepecka

Najmłodszy o Niepodległej

Setna rocznica odzyskania przez Polskę niepodległości to okazja do poważnych, „dorosłych” dyskusji i uroczystości, ale także dobry powód, by o patriotyzmie i ojczyźnie porozmawiać z najmłodszymi. Nasze przedszkole świętowało uroczystości Dzień Niepodległości, brało udział w akcji „Rekord dla Niepodległej”, a także dzięki rodzicom i dziadkom stworzyło pouczający i ciekawy Kącik Polaka. Zapytaliśmy też dzieci, co one sądzą o Polsce. Oto odpowiedzi:

- Polska to są piłkarze i mecze (Sergiusz z Mrówek)
- w Polsce byli kiedyś żołnierze i wojna (Damian z Mrówek)
- Polska jest fajna, bo jest dużo zabytków i fajnych rzeczy (zabytki to są stare samochody, miecze i zdjęcia starych ważnych panów) - Wiktor z Biedronek

- jesteśmy Polakami bo mieszkamy w Polsce i mamy polski język (Rozalka z Biedronek)
- dobrze być Polakiem, bo nie trzeba się uczyć innego języka (Basia z Bratków)
- w Polsce podoba mi się hymn, flaga, święta i sklepy (Michał z Bratków)
- cieszę się, że mamy orła (Igor z Bratków)
- cieszę się, że Polska się ocaliła i nie zniknęła z mapy (Anielka z Bratków)
- w Polsce mamy takie piękne parki i lasy i te zwierzęta, które tam mieszkają, bo są nasze polskie (Filip ze Skrzatów)



Certyfikat Przedszkole Promujące Zdrowie

Z dumą i radością informujemy Państwa, że Centralna Kapituła Krajowego Certyfikatu Przedszkole i Szkoła Promujące Zdrowie, po wnikliwej analizie nadesłanej dokumentacji i w uznaniu dotychczasowych osiągnięć będących wynikiem wieloletniej i systematycznej pracy, podjęła decyzję o rekomendowaniu naszej placówki do nadania Krajowego Certyfikatu Przedszkole Promujące Zdrowie. Przyznany Certyfikat jest potwierdzeniem, że przedszkole pracuje zgodnie z modelem przedszkola promującego zdrowie.

Do tej pory udało nam się dwukrotnie uzyskać certyfikat wojewódzki, a w tym roku otrzymaliśmy prestiżowy certyfikat krajowy. Cieszymy się, że „Zielony Zakątek” konsekwentnie rozwija swoje dwa podstawowe atuty - staramy się być proekologiczni i prozdrowotni.

