



OKNO SZKOŁY

GAZETKA DLA RODZICÓW

LISTOPAD 2023

W numerze:

Okiem psychologa

Chwila refleksji

Międzynarodowy Dzień Zapobiegania Przemocy

Wobec Dzieci”

Świadczenie wspierające

Kącik kulturalny

Kulinaria

Okiem psychologa

W ostatnich dniach miałam okazję usłyszeć w telewizji wiadomości dotyczące przemocy rówieśniczej. Jedna relacja dotyczyła starszych dzieci znęcających się nad młodszym chłopcem z diagnozą autyzmu, inna chłopczyka pobitego przez sporo starszego chłopca.

Sytuacje w których dochodzi do agresji można podzielić na: równoległe- gdzie np. w kłótni obydwie strony są mniej więcej tak samo silne i przemocowe- kiedy silniejszy znęca się nad słabszym lub wyżywa na nim. W tej pierwszej sytuacji (równoległej) sama agresja nie jest celem, wynika z frustracji w sytuacji bieżącej i jest dla obydwóch stron przykra. W zachowaniach przemocowych sama agresja i jej rozładowanie przynosi sprawcy emocjonalną satysfakcję. Nieporozumienie czy to, co się dzieje, stanowi bardziej pretekst niż realny powód. Znęcanie się jest tego wyraźnym przykładem, ponieważ jasno widać, że ofiara po pierwsze jest wyraźnie słabsza, po drugie nie robi nic złego, wręcz czasem chce przypodobać

się, przynależeć. Niekiedy słysząc też o znęcaniu się nad zwierzęciem, które jest też całkowicie bezbronne.

Dzieci uczą się zachowań społecznych i warto zwracać uwagę na to jak odnoszą się do innych ludzi. Ważne też, aby przyglądać się sobie i temu, jak my odnosimy się do dzieci (ale też do siebie nawzajem jako dorośli). Starajmy się, aby dziecko miało doświadczenie życzliwego, bezpiecznego kontaktu. Relacji gdzie traktowane jest jak człowiek tak samo ważny jak my. Gdzie jego zdanie jest usłyszane, ale też przy wyraźnym nazwaniu i rozumieniu tego co jest dobre, a co jest złe. By miało dobry przykład. Złe, niedopuszczalne jest bicie, wymuszanie, ograniczanie dziecku okazywania miłości; dobra jest rozmowa, cierpliwość, umawianie się na coś przy upewnieniu się, że obie strony mają korzyść z tego czego wymagamy.

Istotna jest grupa rówieśnicza, zazwyczaj tam znajdują się osoby, które przynoszą treści czy zachowania, których niekoniecznie chcielibyśmy uczyć nasze dzieci. Dzięki życzliwej, spokojnej rozmowie, możemy wiele się dowiedzieć i pomóc dziecku rozpoznać co jest dobre, a co złe. Nauczyć się bronić, czy zgłosić opiekunowi że dzieje się coś złego.

Naturalne jest próbowanie różnych postaw i przekraczanie granic, jednak te granice muszą być postawione. Np. wyśmiewanie się: wszyscy mamy kogoś kto nas denerwuje, czy czyje zachowanie jest dla nas zabawne, albo które widzimy bardzo krytycznie. Dbajmy wtedy

by sami granic nie przekraczać. Niestety świat, zwłaszcza sieć internetowa, też jest pełna negatywnych wzorców. Ważne by wiedzieć jakie treści przegląda nasze dziecko, razem z nim obejrzyć to co lubi w sieci. Sprawdźmy czy z kogoś tam się ktoś nie wyśmiewa, np. z osób w kryzysie bezdomności, albo z osób uzależnionych od alkoholu? Takie osoby stanowią łatwy cel, to przecież też osoby słabsze. Bezdomności się nie wybiera, bezdomnym się staje. Podobnie predyspozycji do uzależnienia. Słabość ma różne oblicza... Pamiętajmy że są treści, które niestety, czy tego chcemy czy nie, powoli uzależniają i zmieniają nasz umysł - treści o dużym ładunku agresji czy te dotyczące sfery seksualnej. Trzeba uważać i zwracać uwagę żeby ochronić siebie i dzieci przed ich negatywnym wpływem.

Na koniec, żeby nie było zbyt pesymistycznie, również wiadomości z tv-dwójka dzieci wezwała pomoc do niepełnosprawnego człowieka, który zemdłał. Dzieci zareagowały w momencie gdy ludzie dorośli nie przejęli się sytuacją i nie spieszyli z pomocą.

Właśnie to jest najważniejsze - że jest dobro, potencjał, wrażliwość i one dają nadzieję.

W szkole wiele razy można zobaczyć wzajemną troskę - zawsze ktoś zauważy, że druga osoba źle się czuje, wysłucha - kiedy ktoś mówi o tym co boli, co jest trudne, potrafi przeprosić, pomóc, pocieszyć, wysłuchać.. .

Dojrzałą postawę buduje się na tym co pozytywne - życzliwości, empatii, zrozumieniu inności, szacunku do ludzkiej słabości, również szacunku i akceptacji siebie samego.



Chwila refleksji...

„ Według starożytnej baśni hinduskiej, mysz była ciągle zgnębiona z powodu swojego strachu przed kotem. Czarodziej ulitował się nad nią i przemienił ją w kota. Ale wtedy zaczęła obawiać się psa. Zatem czarodziej przemienił ją w psa. Wtedy zaczęła bać się pantery. Czarodziej więc przemienił ją w panterę. Po tym była pełna strachu przed myśliwym. W tym momencie czarodziej się poddał. Przemienił ją z powrotem w mysz, mówiąc:

- Nic z tego, co dla ciebie robię, ci nie pomoże, ponieważ masz serce myszy.”

Anthony de Mello

Jakże często żyjemy w permanentnym strachu. Obawiamy się przyszłości, martwimy o bliskich, snujemy w głowach tak zwane czarne scenariusze. Stresujących sytuacji życiowych nigdy nie brak. Rzeczywistość stawia przed nami wyzwania, którym niełatwo jest sprostać.

Wówczas często zdarza się, że zamiast motywować się wewnątrz, dodawać sobie sił i otuchy – sabotujemy własne działania nastawiając się negatywnie pełni obaw, wątpliwości i strachu.

Brytyjski powieściopisarz, David Nicholls, twierdzi, że: „*Cała sztuka to mieć odwagę, żeby coś zmienić*”.

Przecież to właśnie od nas samych zależy, jakie nastawienie będziemy mieli wobec życiowych wyzwań oraz jak zareagujemy na ewentualne niepowodzenie. Czy potraktujemy je jak cenną lekcję, z której można wyciągnąć wnioski na przyszłość, czy utwierdzimy zaleźnione serce myszy w przekonaniu, że nie warto było podejmować żadnych działań mogących narazić nas na porażkę.

M.Malska

PEDAGOG SZKOLNY

„Międzynarodowy Dzień Zapobiegania Przemocy Wobec Dzieci”

W tym roku obchody przypadają na 19 listopada. Został ustanowiony w 2001 roku przez szwajcarską fundację „Światowy Szczyt Kobiet”. Obchodzi go ponad 700 organizacji pozarządowych ze 125 krajów świata, które wspólnie tworzą międzynarodową koalicję oraz tworzą akcje zwracające uwagę społeczeństwa na problem przemocy wobec dzieci.



W Polsce od 2012r. koordynatorem Międzynarodowego Dnia Zapobiegania Przemocy wobec Dzieci jest Fundacja Dzieci Niczyje. W tym samym roku organizacja zainicjowała kampanię „Zła tradycja”, której głównym celem jest pobudzenie reakcji

społecznej na przemoc wobec najmłodszych oraz upowszechnienie wiedzy dotyczącej problematyki i profilaktyki wykorzystywania seksualnego oraz przemocy wobec dzieci. Dzień obchodów jest ściśle powiązany z obchodzonym 20 listopada Dniem Ochrony Praw Dziecka, który przypomina o ich przywilejach.

Wszyscy jesteśmy świadkami wydarzeń w Polsce i na świecie ukazujących problem przemocy wobec dzieci. Dziennie tysiące najmłodszych osób staje się ofiarami przemocy, która dotyczy sfery fizycznej, psychicznej lub seksualnej.

Niestety w społeczeństwie nadal obserwuje się ciche przyzwolenie na stosowanie kar cielesnych wobec dzieci, przymyka się na to oczy oraz udaje, że nie zauważa się pewnych objawów występujących u dziecka, sugerujących o zaistnienie problemu przemocy.

Wyniki badań przeprowadzone na zlecenie Rzecznika Praw Dziecka dowiodły, że jedna trzecia osób badanych uważa, że nie musi zwracać uwagi na metody wychowywania dzieci, w tym stosowania kar fizycznych. Połowa badanych osób z powodu braku poczucia uprawnienia nie zareagowałaby w sytuacji przeprowadzanych kar cielesnych.

Statystyki pokazują, że w 2021 roku ponad 11 tysięcy dzieci padło ofiarą przemocy domowej. Liczba jest ogromna, a to i tak jedynie dane oficjalne mówiące o przypadkach, które zostały

zgłoszone stosownym służbom. Istnieje jednak bardzo duża grupa dzieci doświadczających przemocy, których sytuacja nigdy nie ujrzy światła dziennego. Dlatego tak ważne jest, by reagować na krzywdę. „Nie zamykajmy oczu na przemoc dzieci”. Od naszej postawy zależy dalszy los dziecka. Nikt nie ma prawa do stosowania jakiegokolwiek przemocy.

Stosowanie jakiegokolwiek formy przemocy wobec dzieci jest karalne.

** art. 217 kodeksu karnego: „Kto uderza człowieka lub w inny sposób narusza jego nietykalność cielesną, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do roku.”*

** art.207 kodeksu karnego: „Kto znęca się fizycznie lub psychicznie nad osobą najbliższą lub nad inną osobą pozostającą w stałym lub przemijającym stosunku zależności od sprawcy albo nad małoletnim lub osobą nieporadną ze względu na jej stan psychiczny lub fizyczny, podlega karze pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5.”*

Pamiętajmy, że przemoc rodzi przemoc, uczy kłamstwa, niszczy relacje.

Pomocne numery telefonów, pod którymi uzyska się fachową pomoc w sprawie bezpieczeństwa dzieci i młodzieży:

Komenda Miejska Policji ul. Śląska 12 tel. 47 54 200 lub 112

116 111 – Telefon zaufania dla dzieci młodzieży. Czynny całą dobę, także w dni ustawowo wolne od pracy. Połączenie jest bezpłatne.

800 100 100 – Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci. Linia czynna od poniedziałku do piątku, w godzinach 12.00-15.00 . Od 1 września dyżury prawne odbywają się również w czwartki w godzinach 16.30-20.30.

800 080 222 – Telefon dla dzieci, młodzieży, rodziców oraz nauczycieli. Usługa jest całodobowa, bezpłatna i działa na terenie całej Polski. Wszelkie rozmowy i konsultacje realizowane są anonimowo. Nie musisz się przedstawiać, masz zapewnioną dyskrecję. Jeśli nie chcesz rozmawiać przez telefon możesz napisać e-mail na adres porady@liniadzieciom.pl lub porozmawiaj na czacie

<https://ybufxynkqg4qv3hk.cludo.pl/ybufWebMessenger/?motive=ltaka2>



Świadczenie wspierające

nowe świadczenie dla osób niepełnosprawnych od 1 stycznia 2024 roku.

Świadczenie wspierające będzie kierowane bezpośrednio do osoby z niepełnosprawnością, powyżej 18. roku życia

Kwota świadczenia będzie powiązana z wysokością renty socjalnej i będzie wypłacane na różnych poziomach
Będzie ona uzależniona od określonego poziomu potrzeby wsparcia dla danej osoby

Kryteria świadczenia

W rozporządzeniu wskazano:

przy ocenie zdolności osoby zainteresowanej do samodzielnego wykonywania czynności związanych z obszarami codziennego funkcjonowania w odniesieniu do każdej ocenianej czynności, wpływającej na określenie potrzeby wsparcia bierze się pod uwagę:

- 1.zdolność osoby zainteresowanej do świadomego i samodzielnego zainicjowania wykonania czynności;
- 2.zdolność osoby zainteresowanej do celowego, efektywnego i bezpiecznego wykonywania czynności w standardowym czasie uwzględniając wiek osoby zainteresowanej,
- 3.zdolność osoby zainteresowanej do kontrolowania wykonywania czynności od początku do końca;
- 4.konieczność wsparcia przez inną osobę lub technologię wspomagającą;
- 5.okoliczności związane z niepełnosprawnością osoby zainteresowanej;
6. nadmierną troskę ze strony innych osób;
- 7.utrwalenie stanu zdrowia, w którym znajduje się osoba zainteresowana.

Potrzebę wsparcia zostanie ustalona na

podstawie oceny zdolności do wykonywania określonych czynności codziennego funkcjonowania:

- 1.zmiana pozycji ciała
- 2.poruszanie się w znanym środowisku –
- 3.poruszanie się w nieznanym środowisku
- 4.sięganie, chwytanie i manipulowanie przedmiotami użytkowymi
- 5.przemieszczanie się środkami transportu –
- 6.klasyfikacja docierających bodźców –
- 7.przekazywanie informacji innym osobom –
- 8.prowadzenie rozmowy
- 9.opanowanie nowej umiejętności praktycznej
- 10.koncentrowanie się na czynności – agi;
- 11.korzystanie z urządzeń i technologii służących z korzystania z informacji i porozumiewania się
- 12.mycie i osuszanie całego ciała
- 13.mycie i osuszanie rąk i twarzy
- 14.pielęgnowanie poszczególnych części ciała –
- 15.troska o własne zdrowie
16. korzystanie z toalety
- 17.ubieranie się –
18. jedzenie i picie –
- 19.stosowanie zalecanych środków terapeutycznych
- 20.realizowanie wyborów i decyzji
- 21.pozostawanie w domu samemu –
- 22.nawiązywanie kontaktów
- 23.kontrolowanie własnych zachowań i emocji
- 24.utrzymywanie kontaktów z bliskimi –
- 25.tworzenie bliskich relacji z innymi osobami
- 26.kupowanie artykułów codziennej potrzeby –
27. przygotowywanie posiłków
- 28.dbanie o dom, ubrania i obuwie
- 29.dokonywanie transakcji finansowych
- 30.rekreacja i organizacja czasu wolnego ,
31. załatwianie spraw urzędowych
- 32.realizowanie dziennego rozkładu zajęć

Zdolności ocenia się adekwatnie do wieku, w zakresie niepełnosprawności:

- fizycznej
- psychicznej
- intelektualnej
- sensorycznej

Świadczenie wspierające będzie wypłacał Zakład Ubezpieczeń Społecznych.

Kwota wiąże się z wysokością renty socjalnej, która w 2023 r. wynosi 1588,44 zł. Zatem na najwyższym poziomie świadczenie wyniesie około 3500 zł, a na najniższym około 700 zł.

Świadczenie wspierające będzie przysługiwać miesięcznie w wysokości:

220 proc. renty socjalnej, potrzeba wsparcia określona na poziomie od 95 do 100 punktów.

180 proc. renty socjalnej, potrzeba wsparcia określona na poziomie od 90 do 94 punktów,

120 proc. renty socjalnej - potrzebę wsparcia określona na poziomie od 85 do 89 punktów,

80 proc. renty socjalnej - potrzebę wsparcia określona na poziomie od 80 do 84 punktów,

60 proc. renty socjalnej - potrzeba wsparcia określona na poziomie od 75 do 79 punktów,

40 proc. renty socjalnej - potrzeba wsparcia określona na poziomie od 70 do 74 punktów.

Terminy wprowadzenia świadczenia wspierającego:

I etap – od 1 stycznia 2024 r. – świadczenie wspierające dostępne dla osób z niepełnosprawnościami z najwyższymi poziomami potrzeby wsparcia, tj. od 87 do 100 pkt

II etap – od 1 stycznia 2025 r. – świadczenie wspierające będzie dostępne także dla osób z niepełnosprawnościami z kolejnymi poziomami potrzeby wsparcia, tj. od 78 do 86 pkt

III – ostatni etap – od 1 stycznia 2026 r. – świadczenie wspierające będzie dostępne także dla osób z niepełnosprawnościami z pozostałymi uprawniającymi poziomami potrzeby wsparcia, tj. od 70 do 77 pkt

Szczegółowy opis kryterium w artykule [Kto dostanie 3500 zł, a kto 700 zł? Są kryteria dla wypłaty nowego świadczenia \(rynekzdrowia.pl\)](#)

Wnioski należy składać do Wojewódzkiego Zespołu Orzekającego o Niepełnosprawności w Katowicach

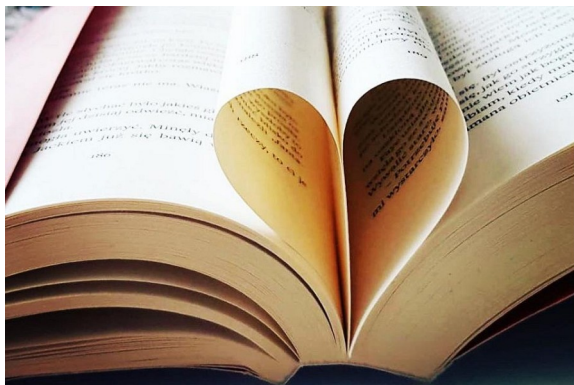
Wnioski do pobrania na stronie

[Wojewódzki Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności - Śląski Urząd Wojewódzki w Katowicach \(katowice.uw.gov.pl\)](#)



Kącik kulturalny: książka, film, muzyka.

Książka



22 listopada ubiegłego roku swojej premiery wydawniczej doczekała się książka amerykańskiej powieściopisarki Janice Kaplan zatytułowana „Dziennik wdzięczności – jak jeden rok pozytywnego myślenia może zmienić twoje życie”. Autorka w sylwestrową noc obiecuje sobie, że od tej pory będzie odczuwać i dostrzegać pozytywną stronę wszystkiego, co jej się przydarza. Uświadamia sobie, że zmiana nastawienia daje moc kształtowania własnego samopoczucia, niezależnie od okoliczności. Warto przeczytać!

Film



10 listopada bieżącego roku to dzień premiery kolejnej ekranizacji powieści Lucy Maud Montgomery „Ania z Zielonego Wzgórza”, pod tym samym tytułem, tym razem w łotewskim wydaniu. Swojej pierwszej ekranizacji powieść

doczekała się w 1985 roku, kolejnej w roku 2016. W 2001 roku powstał także serial animowany „Ania z Zielonego Wzgórza”. Opowieść o energicznej rudowłosej dziewczynce z sierocińca, która przez przypadek trafia do domu rodzeństwa: Maryli i Mateusza, z całą pewnością zdobędzie serca młodego pokolenia.

Muzyka



27 listopada 1942 roku w mieście Seattle w Waszyngtonie przyszedł na świat Jimi Hendrix – amerykański gitarzysta – wirtuoz, wokalista, kompozytor, autor tekstów oraz producent muzyczny. Ten wybitny gitarzysta wszech czasów zmarł 18 września 1970 roku, mówi się, że należał do „Klubu 27”, czyli grupy utalentowanych muzyków, którzy zmarli w wieku 27 lat. Jimi od najmłodszych lat przejawiał zamiłowanie do muzyki, jak wspominał jego ojciec, jako dziecko imitował na miotłę grę na gitarze. Na nasze szczęście w wieku 14 lat zamienił tę miotłę na prawdziwy instrument. Oto fragment tekstu utworu „If 6 Was 9”:

„Jestem jedynym który musi umrzeć
wtedy gdy będzie musiał umrzeć
więc daj mi żyć moim życiem i moją drogą
taką, jaka mi się podoba”

Oby każdy z nas potrafił żyć po swojemu idąc własną drogą, akceptując jednocześnie wybory życiowe ludzi nas otaczających. M.Malska



i utrzyj na bardzo gęstą, gładką masę. Przystudzone pierniczki udekoruj lukrem za pomocą pędzla lub patyczka. *Smacznego!*

GALERIA PRAC

Pierniczki świąteczne

Składniki

mąka pszenna	320 gramów
miód	3 łyżki
cukier	170 gramów
soda oczyszczona	1.5 łyżeczki
cynamon	1 szczypta
imbir	1 szczypta
masło	30 gramów
jajka	2 sztuki
mleko	50 mililitrów
lukier: cytryna	(1 sztuka)
cukier puder	20 gramów

Wykonanie

Na stolnicy wymieszaj cynamon i imbir z przesianą mąką.

Dodaj do niej kolejno miód, cukier, sodę, masło i jedno jajko. Zaczynj wyrabiać ciasto dodając stopniowo ciepłe mleko.

Gładkie, wyrobione ciasto wałkuj partiami na grubość 0,5 cm i wycinaj kształty foremkami do pierniczków.

Gotowe pierniczki ułóż na dużej blaszce wyłożonej pergaminem i posmaruj roztrzepanym jajkiem.

Piecz w piekarniku przez 8-10 minut w temperaturze 180 st. C.

Cukier puder wymieszaj z sokiem z cytryny



