

# Biuletyn Informacyjny

Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej  
nr 4 w Krakowie-Nowej Hucie

zima 2013/14

Z okazji zbliżających się Świąt Bożego Narodzenia życzę Państwu, aby ten wspaniały czas upłynął w rodzinnej atmosferze i przyniósł wiele radości i satysfakcji. Niechaj te dni napełnią Państwa serca otuchą i nadzieją, powodując przezwycięzenie nawet największych trudności.



Natomiast w nadchodzącym Nowym Roku 2014 życzę zdrowia, samych spokojnych i pogodnych dni oraz zadowolenia, spełnienia marzeń i planów zarówno osobistych, jak i zawodowych.

Ewa Bochenek  
z Zespołem Poradni

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 4 im. Janusza Korczaka  
31-977 Kraków, os. Szkolne 27, tel. 12 644-18-85, fax 12 644-04-74  
Filia w Mistrzejowicach: 31-610 Kraków, os. Tysiąclecia 14, tel. 12 647-11-78  
[www.poradnia4.krakow.pl](http://www.poradnia4.krakow.pl) email: ppp-4@wp.pl

## Zawsze miej coś dobrego do powiedzenia

Zawsze miej coś dobrego do powiedzenia – te słowa odnoszą się do nas wszystkich – pracowników, rodziców, nauczycieli, młodzieży – i to nie tylko z okazji składanych życzeń czy świąt. Szczególnie należałoby odnosić je do rodziców – różne słowa kierują do siebie nawzajem a także do swoich dzieci. Często słyszymy w rozmowach z młodzieżą: „moja matka ciągle gada, bez końca to samo, nie mogę już tego słuchać, uciekam z domu...”

A w rozmowach z rodzicami słyszymy odpowiedź: „on na wszystko odpowiada zaraz lub potem...” Na to młodzież: „gdy w końcu już to zrobię, żeby nie słuchać tego gładzenia, to dalej gada, że można to było zrobić zaraz...itd., zamiast mi podziękować...” I teraz można by długo – o dziękowaniu, o pochwałach – o tym wszystkim, czego uczymy w prowadzonej przez pracowników Poradni Szkole dla Rodziców. Uczymy, jak mówić, aby dzieci nas słuchały i jak słuchać, aby dzieci do nas mówiły.

To, co mówimy i jak mówimy, może być bardzo ważne a nawet może zmienić czyjeś życie. Może tego dokonać pozytywna ocena ucznia dokonana przez nauczyciela. Przykładów takich jest wiele. O jednym z nich opowiadał mi kiedyś polonista z zawodowej szkoły.

W klasie II, którą zaczął uczyć, zadał pracę domową dotyczącą sprawozdania z ostatniego meczu Hutnika. Jeden z uczniów po otrzymaniu oceny siedział poruszony ze spuszczoną głową. Na pytanie profesora, czy może uznać ocenę za niesłuszną, odpowiedział ściszym głosem, że wprost przeciwnie, bardzo się cieszy – jest to jego pierwsza czwórka z języka polskiego w życiu. Był wyraźnie poruszony i szczęśliwy. Potem bardzo się starał i dobrych ocen było więcej.

W życiu zawsze dokonujemy wyborów. Jeden z ważnych wyborów dotyczy tego, jak traktujemy innych. Możemy skupiać się na sobie i nie liczyć się z innymi, albo możemy być życzliwi i pomocni dla innych. Wybieramy również to, co mówimy do innych ludzi. Większość ludzi bez udziału świadomości dokonuje wyboru słów, którymi się posługuje i dobiera je mało rozważnie, nie bacząc na to, że słowa mogą ranić. Starajmy się zastępować słowa, które ranią, słowami, które krzepią, zaciekawiają i wzbogacają. Uśmiech, słowo optymizmu i nadziei, takie „uda ci się, dasz radę, będzie dobrze” - kiedy robi się trudno stanowić mogą istotne wsparcie.

Szanujmy więc potęgę słów i wybierajmy je z rozwagą gdyż:

*„...Niedbałe słowo może spór rozpalic.*

*Okrutne słowo – zrujnować życie.*

*Gorzkie słowo może wzbudzić nienawiść.*

*Brutalne słowo – uderzyć i zabić.*

*Uprzejme słowo może wygładzić drogę.*

*Radosne słowo może rozjaśnić dzień.*

*Słowo w samą porę może zmniejszyć stres.*

*A czułe - uleczyć i uszczęśliwić”.*

- Autor nieznany

Jesteśmy społeczeństwem, które najchętniej skupia się na tym, co złe, zamiast na tym, co dobre. Potrafimy krytykować, potępiać i narzekać. Możemy zmienić nasze nawyki i sami siebie wyćwiczyć w szukaniu dobra u innych, znajdować dowody i powody do chwaleń ich.

Szczera pochwała potrafi wydobywać z ludzi najlepsze cechy.

Wypowiedziane przez nas odpowiednie słowa w odpowiedniej chwili potrafią działać skutecznie i trwale.

*„Prawdziwa sztuka rozmowy polega nie tylko na tym,  
by mówić to, co należy, wtedy kiedy należy, ale - co dużo  
trudniejsze - by powstrzymać się od powiedzenia tego,  
co nie należy, w chwili kiedy aż do tego korci”.*

*Dorothy Nerill*

Choć często korci nas, rodziców, wychowawców i nauczycieli, aby zbesztać, ukarać, dołożyć kolejną jedynkę, to czasem powstrzymanie się, odpowiedni gest, uśmiech, spojrzenie, poczucie humoru - zdziała więcej...

Nasze dzieci będą różne rzeczy robiły źle. Tak zawsze było i zawsze będzie. Wyzwaniem dla nas, rodziców i wychowawców jest uporanie się z tym w efektywny sposób. Reakcje i zachowania, które pomogą nam i dziecku, mogą być następujące:

- bez żadnej przenośni policz do dziesięciu, żeby dać sobie czas na zastanowienie się, co zamierzasz powiedzieć i jak to zamierzasz powiedzieć,
- nie podnoś głosu, uspokój dziecko,
- skup się na wykroczeniu a nie na osobie, która je popełniła,
- przebacz dziecku.

Zarówno dziecku, jak i dorosłemu człowiekowi, miło jest spotkać się z pozytywną reakcją innych ludzi. Pragniemy słyszeć słowa potwierdzające, że kogoś obchodzimy, że się liczymy, że inni w nas wierzą.

Przyzwyczajajmy się starannie dobierać słowa, szukać w innych tego, co dobre, mieć im coś dobrego do powiedzenia – nie tylko w czasie składania życzeń świątecznych.

Poszukiwanie i znajdowanie w ludziach dobra i informowanie ich o tym – podbudowuje ich, umacnia w tym, co robią dobrze a szczerą pochwałą wydobywa z nich najlepsze cechy.

Pomocą w poszukiwaniu i znajdowaniu w ludziach dobra oraz w informowaniu o tym może stać się książka **Hala Urbana** pt. **Moc pozytywnych słów** – z niej pochodzą przytoczone powyżej cytaty.

**Elżbieta Piwowarska**

# Motywuj, nie zniechęcaj

Na pewno pamiętasz uczucie, które towarzyszyło Ci w najwcześniejszych latach szkolnych, gdy Twoja nauczycielka zadawała pytanie, a Ty rwałeś się do odpowiedzi. Wszyscy chcieli odpowiadać, ale z lasu rąk mógł zostać wyrwany tylko jeden uczeń. Znasz to uczucie dumy i zadowolenia, kiedy Ty nim byłeś i znasz też gorycz rozczarowania, gdy możliwość wypowiedzi stała się cudzym udziałem. Czy ta jedna przecież z wielu sytuacji szkolnych, a szerzej - życiowych może mieć jakieś istotne znaczenie dla przyszłego życia? Philip G. Zimbardo i Floyd L. Ruch, autorzy podręcznika „Psychologia i życie” twierdzą, że tak. Udzielenie odpowiedzi (lub podjęcie jakiegokolwiek działania w pozaszkolnej już aktywności), kiedy się tego bardzo pragnie, powoduje bowiem wytworzenie się przeświadczenia o własnym pozytywnym wpływie na rzeczywistość, daje gratyfikację związaną z realizacją zamierzeń, wywołuje wzmocnienie poczucia kompetencji. A to wszystko daje NADZIEJĘ. Prawdopodobnie staje się wówczas dążenie do kolejnych sukcesów w przyszłości, gdyż ktoś, kto zaznał uczucia satysfakcji, będzie dążył do niej w swych dalszych działaniach. Jakość życia każdego z nas zależy bowiem od możliwości aktywnego wpływu na otoczenie, od zakresu dokonywania wyborów oraz od oceny szans na wyznaczanie sobie celów i ich osiąganie. Po prostu, jeśli nie opuszcza nas nadzieja, oczekujemy, że będziemy mogli działać, a nasze działanie odniesie skutek i to dla nas korzystny.

Pozostajmy przy sugestywnych przykładach z życia szkolnego. Możemy wyobrazić sobie nauczyciela, który arbitralnie zapowiada uczniowi: „Z mojego przedmiotu nigdy nie otrzymasz lepszego stopnia” albo „o zdaniu matury to nawet nie masz co marzyć...”. Wiemy skądinąd, że nauczyciele, wypowiadając takie złowieszcze frazy, wcale nie mają złych intencji! Sądzą – bezpodstawnie – że w ten sposób motywują swoich uczniów. Poprzestając na dotychczasowej wiedzy o uczniu i ograniczając swą

refleksję jedynie do treści merytorycznych, pomijają fakt, że stawia się ucznia w sytuacji bez wyjścia. Nawet jeśli zdobywa on wiadomości, wielkim kosztem usiłuje sprostać wymaganiom i poprawić wyniki, jego wysiłki okazują się bezskuteczne - zostaje ukarany. Ale taki sam efekt czeka go, gdy przestanie się uczyć i nic już nie robi - kara jest taka sama. Jeśli na dodatek opinii o całkowitej nieskuteczności swoich wysiłków usłyszy ponownie, a potwierdzi ją być może jeszcze ktoś inny w innych okolicznościach, to pozbawi naszego ucznia emocjonalnego wsparcia i postawi go w pozycji bezsilności i całkowitej bezradności wobec zaistniałego problemu. Pewnie nie uświadomi on sobie złożoności swojej sytuacji, ale w jego przeżyciu runie w gruzach cały fundament zdobytej wiedzy o bezpiecznym istnieniu w realnym świecie. Być może jego myśli zaczną mu podpowiadać taką nową wiedzę o sobie: „nic mi w życiu nie wychodzi, stale coś zawalam, jestem do niczego, nigdy mi się nic nie udaje”. Taką nacechowaną pesymizmem postawę określa się w psychologii terminem „wyuczona bezradność”. Do jej następstw zalicza się tendencję depresyjną (uwaga! niewykluczone myśli samobójcze), która uniemożliwia uczenie się, zniechęca do wysiłku, niweczy wszelkie szanse osiągnięć. A w konsekwencji paradoksalnie doprowadza do potwierdzenia negatywnego obrazu siebie i zaniżonej samooceny. Czyli wywołuje samosprawdzające się proroctwo następnej porażki.

Nauczyciele unikają zdań i słów wspierających, obawiając się, że one rozleniwiają uczniów, skłaniając do spoczywania na laurach i zaprzestania wysiłku. Tymczasem przewrotne motywowanie przez straszenie niepowodzeniem u wrażliwych młodych ludzi wywołuje efekt odwrotny do zamierzonego. Zamiast prowokować do „sportowej złości” podsytej ideą: „jeszcze pokażę, na co mnie stać”, uruchamia depresyjnie nacechowany proces utraty nadziei. A to przecież nadziei zawdzięczamy poczucie, że w życiu możemy osiągnąć zamierzone cele, że stać

nas na realizację marzeń, że nasze plany mają szansę realizacji. Że życie ma sens...

Potwierdzenie znaczenia nadziei psychologdy znaleźli nawet w doświadczeniu na zwierzętach. W dwu słojach z wodą umieścili dwa szczury. Oba rozpaczliwie usiłowały się wydostać, ale tylko jednemu z nich podano na chwilę kładeczkę, która została jednak usunięta z naczynia, zanim zwierzę zdołało się na nią wspiąć. Oba szczury w końcu utonęły, ale ten, któremu nieskutecznie pomagano w wydostaniu się, pływał w wodzie wielokrotnie dłużej! Mówi się, że do dłuższej niż się spodziewano walki o życie prowokowała go wizja możliwej drogi wyjścia z pułapki. Personifikując, można by powiedzieć, że to jednak nadzieja...

Możemy czasem pokpiwać z amerykańskiej koncentracji na sukcesie, manieri interpretowania rzeczywistości jedynie z pozytywnej perspektywy, czy też z ciągłego nastawienia na pozytywne myślenie, bo nasze doświadczenia kulturowe mają jednak inne źródła. Mając jednak na uwadze odległe konsekwencje utraty nadziei nawet w wydawałoby się drobnych życiowych incydentach, warto kierować swą uwagę na emocjonalne potrzeby jednostki. Zarówno na potrzeby innych, jak i własne! Nadzieja pełni bowiem naprawdę życiodajną rolę. Byłaby matką głupich, gdyby zastępowała życiową aktywność. Jest to jednak psychologicznie nieprawdopodobne, bo nadzieja karmi się perspektywą czynu.

**Renata Rosa-Chłobowska**

---

## 10 próśb rodziców dzieci nadpobudliwych do nauczycieli

### **Drodzy Nauczyciele!**

1. Zараżajcie swoimi pasjami i ambicjami - niech dzięki Wam nasze dzieci poszerzają swoje horyzonty.
2. Bądźcie czujni, gdy któremuś dziecku dzieje się krzywda.
3. Prosimy o większą tolerancję dla naszych dzieci – to, co wydaje się złośliwością czy brakiem szacunku, jest często niekontrolowaną reakcją dziecka.
4. Nagradzajcie za postępy które dziecko robi, nawet gdy nie jest to spektakularny sukces.
5. Zwracajcie uwagę na dobre cechy naszych dzieci i ich pozytywne zachowania - mówcie im, że je ostrzegacie.
6. Pozwólcie dzieciom wypowiedzieć się, nie pozwólcie, aby przyklejono im etykietę.
7. Pomóżcie dzieciom nie zapomnieć o tym, co ważne: przypilnujcie zapisania zadania domowego, wklejenia notatki czy ważnej informacji.
8. Pomóżcie naszym dzieciom zrobić jak najwięcej na lekcji – bardzo chcielibyśmy, aby wieczorami mogły odpocząć i spędzić czas razem z nami.
9. Nasze dzieci potrzebują dużo ruchu - kiedy są niespokojne – znajdźcie dla nich zadanie, które pozwoli im rozładować tę potrzebę.
10. W rozmowach z nami mówcie nie tylko o zachowaniach negatywnych naszych dzieci, ale podkreślajcie także ich wyjątkowość i starania.

## Refleksje osób od kilku lat prowadzących warsztaty dla rodziców „Szkoła dla rodziców dzieci nadpobudliwych”

### Drodzy Nauczyciele!

Zebrałyśmy dla Państwa prośby naszych Rodziców, z którymi od wielu lat współpracujemy, proponując wielogodzinne warsztaty. To duża ilość czasu, którą rodzice chcą i muszą wygospodarować wierząc, że będą lepiej w przyszłości radzić sobie z wychowywaniem swoich nadpobudliwych pociech. Odnosimy wrażenie, że rodzice nabywają większych kompetencji wychowawczych, wdrażają nowe metody postępowania z dzieckiem nadpobudliwym, są pełni nadziei, że może będą lepiej, łatwiej radzić sobie ze swoimi dziećmi, pomimo utrzymywania się objawów.

Wychowywanie dziecka nadpobudliwego – to bardzo trudne rodzicielstwo. Potrzeba czasu, cierpliwości, wiedzy, spojrzenia z nowej perspektywy, tak by wśród wielu zachowań problemowych zobaczyć na nowo swoje ukochane dziecko. Każde z tych dzieci posiada wyjątkowe, dobre cechy, które ukryte są głęboko za objawami nadpobudliwości. Te ostatnie wysuwają się niestety na plan pierwszy. To, co widzimy, to niesforne, impulsywne zachowania, trudność z wytrwaniem do końca lekcji i „nieobecność” na niej (nieuwaga, wyłączanie się, zapominanie, gubienie i...można by tutaj wymieniać trudności znacznie dłużej). Rodzice są nie-

ustannie o tym informowani, wzywani do szkoły, z mocno bijącym sercem odbierają telefony ze szkoły, popadają w poczucie winy, że nie potrafią dobrze wychować swego dziecka. Na naszych spotkaniach często płaczą, żal im i dzieci, i siebie. To, co trudno dostrzec u dzieciaków nadpobudliwych, to ich duża wrażliwość, poczucie krzywdy, narastające poczucie małej wartości, często smutek i niepokój ale także poczucie humoru, chęć pomagania, wrażliwość, dostrzeganie nastrojów drugiego człowieka. Rodzice tak bardzo oczekują choćby małych pochwał ich dzieci po to, by oni sami mogli je w domu pochwalić, nagrodzić, motywować do starań.

Naszym rodzicom polecamy jako podstawową lekturę bardzo przystępnie napisaną książkę Adele Faber i Elaine Mazlish „*Jak mówić, żeby dzieci słuchały, jak słuchać, żeby dzieci mówiły*”. Dla Państwa, Nauczycieli – także mamy propozycję. Wspomniane autorki napisały także książkę z myślą o nauczycielach „*Jak mówić, żeby dzieci się uczyły. W domu i w szkole*”. Zachęcamy również Państwa do lektury w długie, zimowe wieczory, być może warto do niej sięgać, by na nowo ładować swoje nauczycielskie akumulatory”.

**Anna Osys- Fabjaniak, Wiesława Kaszowicz**

---

## TEN TRZECI.

### Jak pomóc dziecku w radzeniu sobie z zazdrością

Podczas jednej z moich wizyt w przedszkolu wychowawczynie opowiadała o czteroletnim Krzysiu, bystrym, ciekawym świata chłopcu, który popadał często w konflikty z rówieśnikami. Odpychał, bił dzieci, wrywał im zabawki, czasem podchodził i burzył ich budowle. Mama chłopca poprosiła o rozmowę, chciała zrozumieć zachowanie synka, który codziennie rano, przy pożegnaniu, szczerze jej obiecywał „mamusiu dziś będę grzeczny” i niestety nie potrafił spełnić tej obietnicy. W trakcie spotkania wyłonił się obraz dziecka pogodnego, które lubiło się przytulać, chętnie włączało się w zabawy innych dzieci, potrafiło powiedzieć „nie”, ale przy spokojnym, stanowczym postępowaniu spełniało zwykle prośby rodziców... do momentu, gdy pojawił się *ten trzeci*.

Młodszy braciszek - Krzys nie był pewny, co czuje i myśli, gdy się o nim dowiedział. Nigdy nie miał braciszka. Zawsze był tylko z mamą i tatą. Mama była od opieki i przytulania, pachniała „mamą”, w jej oczach widział siebie, uśmiechniętego, rezolutnego Krzysia, do mamy zawsze można było przyjść i wejść na kolana, gdy coś budziło strach lub smuciło. Tata był od zabawy, duży i silny, czasem mówił nie wolno, zrób to, o co prosi mama - Krzysowi nie zawsze się to podobało, ale nie było większej nagrody niż duma i uśmiech taty, gdy w końcu zrobił to, o co prosili rodzice. Rodzice czasem mieli gorsze chwile, Krzys czuł, że gniewają się, boją, martwią, ale zwykle potem wszystko wracało do normy. Może z tym braciszkiem będzie tak samo?. Chwila zamieszania i wszystko potoczy się jak zwykle. Babcia mówiła, że będzie miał się z kim bawić, a babcia żyła długo i na pewno wiedziała, jak to w życiu jest. Fajnie będzie mieć kogoś do zabawy, niech się już ten brat szybko urodzi, bo tata kupił nową piłkę i można będzie razem pograć.

W końcu Krzys doczekał się i musiał poradzić sobie z tym, że rodzina zmieniła się nie na chwilę, ale już na stałe. Teraz trzeba było dzielić się mamą, dłużej poczekać, w jej oczach oprócz Krzysia pojawiał się też brat Michał, to on często siedział na jej kolanach. Michał, Misio, Misiaczek z dumą w głosie tata pokazywał brata znajomym, choć ten nie tylko nie grał w piłkę, ale nawet samodzielnie nie chodził. Krzys znowu nie był pewny, co czuje i myśli. Czasem coś ciepłego pojawiała się w sercu, gdy braciszek śmiał się całą buzią na jego widok i wyciągał ufnie rączki w stronę Krzysia. Często jednak wewnątrz coś tak mocno bolało, trudno to było opanować, to rządziło nim, kazało nie słuchać mamy i taty, uderzać dzieci, Krzys nie wiedział, że to co czuje, przez co cierpi, boi się i złości to „zielonooki potwór - zazdrość”.

Historia Krzysia - **rozdrażnienie, odgrywanie złości, pod którą ukrywa się zwykle strach i smutek**, jest przykładem jednego, dość częstego sposobu zachowania dziecka trzy, czteroletniego wyrażającego zazdrość. Inną reakcją może być **zachowywanie się jak „dzidzius”** – domaganie się ubierania w pieluchy, karmienia butelką, stałej pomocy rodziców. F. Dolto tłumaczy to naturalną u dziecka w tym wieku tendencją do naśladowania tego, co robią rodzice. Jeśli rodzice są dumni z „dzidziusia” to starsze dziecko może zachowywać się jak „dzidzius”. U dzieci pięcio- , sześcioletnich, zdaniem autorki, można natomiast pojawić się **chęć przywłaszczenia sobie młodszego rodzeństwa, zajęcia się nim lepiej od rodziców**. Dziecko stopniowo, zamiast być w roli chłopca czy dziewczynki, przyjmuje rolę rodzica, co nie sprzyja rozwojowi potrzeb odpowiednich do wieku życia i poczucia tego, kim dziecko naprawdę jest - sobą czy rodzicem.

**Jak pomóc dziecku odczuwającemu zazdrość, jak zmniejszyć jego niepokój, jak pokazać mu, że można w sobie pomieścić miłość i złość do osoby, którą kochamy i wytrzymać to, że nie jest ona tylko dla nas na wyłączność?**

1. Okazanie zrozumienia dla tego, co dziecko czuje – im młodsze dziecko, tym trudniej mu zrozumieć siebie, wie, że coś je boli, może pokazać to w zachowaniu, płakać, tupać, uderzać, zachowywać się „jakby nic się nie zmieniło”, to dorosły może rozpoznać uczucia ukryte pod zachowaniem i próbować je nazwać – „wcale nie jest łatwo mieć młodszego brata, to może złościć, bo teraz mama ma mniej czasu”, „smutno ci, bo możesz myśleć, że nie jesteś już taka ważna dla mamy, taty”.
2. Akceptacja uczuć dziecka – „nie chcę dziecka” – „możesz go nie chcieć, ono jest dla rodziców, tak jak ty”, „oddajmy dzidziusia komuś” – „czasami możesz tak nie lubić brata/siostry, że myślisz, żeby jej/jego tu nie było”, do starszego dziecka: „to bardzo trudne kochać i czasem nie lubić, a może nienawidzić ważnej osoby”.
3. Pomoc dziecku w wyrażeniu uczuć w sposób symboliczny – zachęcamy do okazania uczuć w zabawie: „nie zgadzam się na bicie brata, pokaż mi, jak cię złości na misiu”, w rysunku: „narysuj, jak ci jest smutno”, „narysuj jak wyglądasz, gdy złości cię siostra, brat”, „narysuj prezenty mile i niemiłe dla rodzeństwa”, starsze dzieci można zachęcać do napisania o tym, co czują.

4. Powstrzymanie dzieci od krzywdzenia się, uczenie jak można okazać gniew – groźna mina, groźenie palcem, powiedzenie „nie wolno”, „nie ruszaj moich zabawek”, „powiedz, jak jesteś wściekły bez przezywania”, gdy dziecko uderzy, ugryzie malucha „widzisz, ty jesteś już mocny, a twój brat/siostra są jeszcze mali i słabi, teraz już wiedzą, że mają starszego brata, będą Ci ufali, to nie ich należy gryźć, bić”.
5. Przygotowanie starszego dziecka na pojawienie się rodzeństwa (rozmowa przed urodzeniem się dziecka i po narodzinach) – rozmowa, że pojawi się „dzidzius”, oglądanie wspólne ze starszym dzieckiem zdjęć lub filmów, od jego urodzenia do teraz, opowiadanie, kto wymyślił jego imię, jak cieszyli się członkowie rodziny z jego pojawienia się, opowiadanie, jak może być, gdy pojawi się niemowlę i jak stopniowo będzie rosło i potrzebowało mniej opieki rodziców. Jeśli to da się ustalić, powiedzenie dziecku, kto pomoże rodzicom w opiece nad dziećmi. Dzieci nie mają jeszcze własnych doświadczeń, stąd tak ważne i uspokajające jest dzielenie się rodziców swoim doświadczeniem. Ważne, żebyśmy mówili też w sposób dostosowany do wieku dziecka o trudnych uczuciach, ale z akcentowaniem tego, co może pomóc, co jest pozytywne np.: wspomnienia z pojawienia się naszego rodzeństwa: „czasem złościła mnie moja siostra, jak siadała mamie na kolana, ale wtedy mama przytulała też mnie, lub tata brał mnie na ręce”, „potem malutka siostra rosła, robiła się duża i już tak nie potrzebowała mamy”.
6. Obdarzanie starszego dziecka uwagą – niemowlę wymaga obecności matki, ważne jest zastanowienie się, kto z rodziny lub przyjaciół może nam pomóc w opiece nad dziećmi, jeśli mama, tata lub inny dorosły ma możliwość zabawy, rozmowy ze starszym dzieckiem; dobrze jest to zaakcentować: „cieszę się, że mogę pobawić się, porozmawiać z tobą”. Ostatnio moja 12 letnia siostrzenica spytała, czy miło spędzam z nią czas, co pokazuje, że to, co dla nas jest oczywiste, nie musi być takie dla dzieci a jak dzieci mogą potrzebować usłyszenia, co myślimy i czujemy.
7. Dla dzieci między 2 a 7/8 rokiem życia pomocna może być zabawa w udawanie dzidziusia – ważne, aby zaczarować się przed zabawą „np.: jesteś malutkim kotkiem a ja mamą kotka”, potem pytamy, ile ma kot miesięcy, lat i czego potrzebuje – odtwarzamy to na niby, w zabawie, na koniec odczarowujemy się „ ty jesteś Anią moją 5 letnią córeczką a ja twoja mamą”.
8. Wspieranie rozwoju, pokazanie, że dobrze jest być w swoim wieku –w przypadku chłopca dobrze, żeby włączył się ojciec, wujek, dziadek, w przypadku dziewczynki – mama, ojciec, ciocia, babcia, wspólne wyjścia – „ty idziesz ze mną, bo jesteś starszy/starsza”, zapraszanie rówieśników, zachęcanie do aktywności typowych dla wieku dziecka, a jeśli dziecko chce pomagać w opiece, przyzwolenie na to, ale nie za często, przypominanie dziecku: „to jest twój brat/siostra, jak dorośniesz, możesz mieć swojego męża/żonę i dziecko”.
9. Na ile to możliwe, traktowanie poszczególnych dzieci jak jedynek, tzn. żeby dziecko miało poczucie, że jest wyjątkowe, pomimo że kolejne w rodzeństwie, ma swoje potrzeby, pragnienia zależne od wieku, może to ułatwiać krótka rozmowa z każdym z dzieci osobno, unikanie porównywania dzieci, które wyróżnia jedno z nich

Krzyś dzięki wsparciu rodziców stopniowo odzyskiwał poczucie bezpieczeństwa i godził się z tym co, nieuniknione. Jego rodzina z braciszkiem była inna, mam jednak nadzieję, że chłopiec został wzbogacony o nowe doświadczenie, tak potrzebne w późniejszym radzeniu sobie z przyjaźnią i miłością. Nie mamy nikogo na wyłączność (poza okresem wczesnego dzieciństwa), możemy zwrócić się o pomoc do bliskich osób, dzielić się z nimi naszymi przeżyciami, w rodzeństwie możemy zyskać oparcie, bo nikt tak dobrze nie zrozumie tego, co przeżywamy w rodzinie, jak brat czy siostra.

Opracowała **Barbara Prajsner**  
na podstawie:

1. F. Dolto „Zrozumieć dziecko, rozmowy o wychowaniu”, Warszawa 2002 r.
2. A. Faber, E. Mazlish „Rodzeństwo bez rywalizacji”, Poznań 1995 r.
3. W. Shakespeare „Otello” : „Strzeż się, panie, zazdrości! O, strzeż się, tego potwora zielonookiego...”



## Niestety, rozwód. Mediator może pomóc.

Jednym z najbardziej traumatycznych wydarzeń w życiu rodziny jest rozwód - podjęcie i realizacja decyzji o tym, że dwoje ludzi, którzy – choć kochali się, stworzyli rodzinę i najczęściej mają dzieci – teraz już nie chcą, nie mogą dalej ze sobą być. Bez względu na przyczyny wydarzenie to zawsze pociąga za sobą liczne negatywne konsekwencje, wymaga nieprzyjemnych czynności procesowych, które często są bolesne, trudne i długotrwałe. Rozwód zazwyczaj jest wynikiem wieloletniego procesu całkowitego i trwałego rozkładu pożycia małżeńskiego, pełnego konfliktów, wzajemnej niechęci, często zdrady. Ale dopiero uczestnictwo w procesie rozwodowym uświadamia, że jakaś część naszego życia kończy się przegraną. Nic dziwnego, że dominuje uczucie krzywdy, lęku, smutku i rozpaczy. Pojawia się chęć zemsty, nienawiść i inne negatywne uczucia, które można zawrzeć w zdaniu: „nie chcę mieć z tą osobą nic wspólnego, nie chcę jej widzieć, nie chcę rozmawiać”.

Nie jest to takie proste, bo rozwód nie tylko dramatycznie kończy część naszego życia, ale otwiera jego nowy rozdział – ten po rozwodzie. Jest mnóstwo spraw, które na nowo trzeba ustalić, chociażby: jak podzielić między dwie osoby dorobek dotychczasowego życia.

Ale najważniejszą, bardziej delikatną i trudną jest kwestia sprawowania przez rozwiedzionych rodziców dalszej opieki nad dziećmi.

Omówienie i uzgodnienie tych spraw, poukładanie na nowo swojego życia wymaga wiele trudu i współpracy pomiędzy małżonkami. Wydaje się to wręcz niemożliwe, gdy stan emocjonalny przynajmniej jednej strony i negatywne uczucia wobec partnera stanowią istotną barierę komunikacyjną, czasem nie do przekroczenia. Ponieważ taka jest rzeczywistość, dlatego zazwyczaj najważniejsze decyzje o dalszym życiu dwojga ludzi i ich dzieci podejmuje sąd.

**Sąd, orzekając rozwód**, orzeka także o tym, czy i które z małżonków ponosi winę za rozkład małżeństwa, decyduje także o władzy rodzicielskiej, o kontaktach z dzieckiem drugiego z rodziców, o sposobie finansowania utrzymania dziecka (alimenty), ewentualnych zobowiązaniach wobec współmałżonka, sposobie korzystania ze wspólnego mieszkania, niekiedy o podziale majątku wspólnego.

**Czy to nie budzi sprzeciwu? Czy sędzia jest w stanie poznać wszystkie okoliczności sprawy, motywy działania, emocje towarzyszące wspólnemu życiu? Czy decyzja Sądu zadowoli oboje małżonków, czy zaspokoї potrzeby ich samych oraz dzieci? Czy nie stanie się zarzewiem eskalacji konfliktu pomiędzy byłymi małżonkami? Czy w imię najlepiej pojętego interesu własnego i własnych dzieci dorośli ludzie nie powinni odpowiedzialnie ustalić warunki swojego rozstania? Czy nie powinni być odpowiedzialni za los swojej rodziny?**

Odpowiedź na oba ostatnie pytania brzmi: tak, powinni. Ale ludziom będącym w ogromnym konflikcie, przeżywającym ból emocjonalny, trudno samodzielnie podjąć się takiego zadania. Nie sprzyja temu też atmosfera sali sądowej, ograniczony czas rozprawy ani walka adwokatów o wynik najbardziej korzystny dla własnego klienta a nie o dobro wszystkich członków rodziny.

**Nadzieją na porozumienie się w tej trudnej sytuacji dla większości rozwodzących się par może być mediacja.**

Mediacja to całkowicie poufne i dobrowolne postępowanie ugodowe, w trakcie którego dwie skonfliktowane strony samodzielnie dochodzą do porozumienia w różniących je kwestiach. Towarzyszy im bezstronny,

neutralny mediator, którego obie strony sporu zaakceptowały. Jego zadaniem jest stworzenie optymalnych warunków do negocjacji pomiędzy stronami, ułatwienie komunikacji, edukowanie w najważniejszych sprawach dotyczących potrzeb dzieci, czuwanie nad tym, aby zawarta ugoda była jasna i jednoznaczna, zgodna z prawem i zasadami współżycia społecznego. Mediator nigdy nie ingeruje w treść ugody, nie narzuca swoich rozwiązań, nie prezentuje własnych przekonań ani poglądów, natomiast dzięki profesjonalnemu warsztatowi i szerokiemu wachlarzowi technik mediacyjnych jest w stanie stworzyć obydwu stronom poczucie bezpieczeństwa i podmiotowości. Pomaga zainteresowanym uświadomić sobie najważniejsze potrzeby własne i dzieci, zrozumieć punkt widzenia drugiej strony. Mediator jest też osobą, która pomaga w ocenie realności przyjętych rozwiązań. To on zapisuje zawarte porozumienie w ramy formalnej ugody, pomaga stronom ustalić gwarancje jej wykonania oraz informuje o skutkach prawnych i sposobach jej zatwierdzenia. Ugoda mediacyjna na wniosek stron przedstawiona jest sądowi. Jej postanowienia mogą i zazwyczaj są uwzględnione w wyroku sądowym.

Rozwodzące się pary mogą zostać skierowane na mediację przez sędziego lub mogą złożyć do sądu zgodny wniosek o skierowanie na mediację. Istnieje też możliwość skorzystania z mediacji pozasądowej – umownej, która polega na tym, że osoby zainteresowane zgłaszają się same, dobrowolnie do wybranego mediatora lub do ośrodka mediacyjnego.

**Głównym celem mediacji rozwodowej** jest pomoc rozwodzącym się osobom w rozstaniu się w taki sposób, aby w przyszłości nie pojawiały się dalsze konflikty, a jeżeli są rodzicami, to przede wszystkim, aby mogły wspólnie wychowywać swoje dzieci. Konieczne jest stałe ukierunkowanie uwagi i aktywności mediujących na przyszłość, wizję nowego życia, oraz odcięcie się od bolesnej przeszłości. Chodzi o przejście z pozycji partnerskich na pozycje rodzicielskie.

W trakcie mediacji może być osiągnięte porozumienie dotyczące:

- o rodzaju pozwu rozwodowego (z orzekaniem lub bez orzekania o winie)
- o opieki nad dziećmi i ich kontaktów z drugim rodzicem (plan wychowawczy)
- o spraw finansowych, własnościowych
- o innych spraw, zgłoszonych przez zainteresowanych.

**Nadrzędną ideą mediacji rozwodowych**, w przypadku gdy para rozwodząca ma dzieci, jest możliwie najlepsza ochrona dzieci przed negatywnymi skutkami rozstania się rodziców. Jedyną drogą do tego jest uświadomienie dorosłym, że choć wkrótce nie będą małżeństwem, nadal pozostaną rodzicami swoich dzieci, że mają wobec nich te same obowiązki.

Dlatego wszystkim ustaleniom mediacyjnym musi towarzyszyć świadomość **konieczności zaspokojenia potrzeb dzieci w pierwszej kolejności i to w możliwie najwyższym stopniu.**

**Dobrze przygotowany mediator efektywnie wspiera strony w ich rolach rodzicielskich, uwrażliwia na potrzeby dzieci, pomaga także zobaczyć i przygotować się na zmiany, jakie towarzyszą dorastaniu dzieci.**

Bardzo często mediator musi „bronić” dzieci przed angażowaniem ich w konflikt rodziców, przed swoistym szantażem emocjonalnym, zmuszaniem do opowiadania się po którejś stronie. Czyni to przez spokojną, ale rzeczową i fachową edukację. Pokazuje, jak takie zachowania dorosłych ranią ich dzieci, stawiają je w konflikcie lojalności, obciążają odpowiedzialnością za rozwiązanie konfliktu, niszczą więzi emocjonalne pomiędzy dzieckiem a rodzicem. Mediator może ponadto uświadomić rodzicom, że gdy wikłają dzieci we własne spory, przekazują im negatywne wzorce rozwiązywania konfliktu, które prawdopodobnie będą powielają w swoim dorosłym życiu.

Centralnym, a na pewno najbardziej emocjonalnym aspektem konfliktu pomiędzy rozwodzącymi się jest **podział praw i obowiązków rodzicielskich wobec dzieci po rozwodzie**.

Ustalenia dotyczą między innymi: miejsca zamieszkania dzieci, ich opieki i wychowania, formy finansowania ich utrzymania, innych sposobów zaspakajania różnorodnych potrzeb, podejmowania decyzji w ważnych dla dziecka sprawach (np. opieki zdrowotnej, kształcenia, wyjazdu zagranicę, celebrowania świąt i uroczystości rodzinnych), kontaktów z drugim rodzicem i jego rodziną. Także określenie możliwości innych form kontaktów, jak telefony, maile, itp.. Wydaje się, że najskuteczniej można to rozstrzygnąć w trakcie mediacji.

**Źródłem sukcesu mediacji** jest między innymi to, że w trakcie posiedzeń praca jest skoncentrowana na rozwiązaniu konkretnego, wspólnego problemu, który został uznany przez strony za ważny. Ustalenie, że nie jest to spotkanie mające na celu znalezienie winnego całej sytuacji, a jedynie np. podział majątku czy organizacja wypoczynku letniego dziecka, daje szansę na szybsze porozumienie.



W trakcie pierwszej sesji wspólnej dochodzi do poszukiwania i najczęściej znalezienia możliwych rozwiązań. Dzieje się to za pomocą wypowiedzi stron, w których przedstawiają swoje pomysły na przezwycięzenie konfliktu. Rolą mediatora jest dopilnowanie, by obie strony miały takie same szanse na przedstawienie swoich propozycji. Z pomocą mediatora rozwodzący się małżonkowie analizują przedstawione koncepcje rozwiązań, oceniają ich realność i zgodność z prawem. Następnie wybierają jedno rozwiązanie, które jest zadowalające dla obojga i rozpoczynają wypracowanie sposobów jego realizacji.

W ten sposób punkt po punkcie tworzą oni samodzielnie **Plan Wychowawczy**, będący planem na przyszłość, na wiele lat. Daje on poczucie jasności, a więc i bezpieczeństwa w zakresie dotychczas najgorętszych sporów. Stwarza szansę na współpracę byłych małżonków w kwestiach, które wymagają jeszcze wspólnych działań w opiece nad dziećmi. Jednocześnie uczą się oni ze sobą rozmawiać i gdy w przyszłości pojawią się jeszcze sprawy sporne, będą potrafili analizować problem i znajdować rozwiązanie.

Trudno w to uwierzyć, ale wspólne działanie, z dbałością o wzajemne potrzeby i interesy, a przede wszystkim o dobro dziecka może sprawić, że skonfliktowane strony powoli budują nowe relacje oparte na wzajemnym szacunku. Ma to kolosalne znaczenie dla dziecka rozwodzących się rodziców, które uwalnia się wówczas od poczucia winy, lęku przed odrzuceniem, konfliktu lojalności.

**Być może znowu pomyśli, że nadal ma oboje rodziców.**

Dlatego muszę zakończyć ten artykuł apelem:

Mimo wszystkich nieszczęść i problemów, jakie możesz mieć lub masz życiu, **nigdy nie rezygnuj z bycia Rodzicem. To, co dzisiaj dasz swojemu Dziecku – jutro otrzymasz od Niego...**

Dorota Wójcik-Słonina

*„Tożsamość każdej rozumnej istoty jest określana przez język, komunikację pomiędzy tą istotą a innymi, które ją otaczają”.*

Robert Anthony Salvatore

## Uczeń z rozszczepem wargi, wyrostka zębodołowego i podniebienia

W Polsce, jak podają źródła, 2-3 na 1000 dzieci rodzi się z rozszczepem wargi i podniebienia. Rodzice często doznają szoku, gdy dowiadują się, że ich nowonarodzone dziecko ma taką wadę. Muszą oni stawić czoła trudnościom zarówno we wczesnym okresie ich rozwoju, jak i na początku wejścia w obowiązki szkolne.

Rozszczep jest **wadą rozwojową**, polegającą na częściowym lub całkowitym braku ciągłości anatomicznej tkanek w typowych miejscach występowania zaburzeń w rozwoju embriologicznym twarzy (Bardach J., 1967). Rozszczep wargi i/lub podniebienia stanowi ok.65% wrodzonych anomalii rozwojowych twarzoczaszki. U dziecka z rozszczepem jednostronnym wargi (najczęściej występuje po lewej stronie) warga podzielona jest na dwie części, natomiast obustronnym na trzy. Po stronie rozszczepu wargi może też występować rozszczep w tzw. wale dziąsłowym szczęki (nazywanym wyrostkiem zębodołowym u dzieci, u których wyrzynają się zęby) w postaci zgłębienia lub szczeliny (ubytku kości). Z kolei w rozszczepach podniebienia przerwana jest ciągłość podniebienia, czyli sklepienia jamy ustnej, wskutek czego występuje otwarte połączenie jamy nosowej z ustną. Dlatego pokarm u niemowląt z rozszczepem podniebienia wydostaje się często przez otwory nosowe.

Zaburzenie to prowadzi do wtórnych zaburzeń w **układzie kostnym, mięśniowym, oddechowym, głosowym, słuchowym**, a także do **zaburzeń emocjonalnych**, a co za tym idzie - **społecznych**.

Na powstawanie tego zaburzenia mogą mieć wpływ bodźce wewnątrzpochodne oraz bodźce zewnętrzne. Do tych pierwszych zaliczamy **uwarunkowania genetyczne**, bądź **dziedziczne**. Często jedynie predyspozycja w kierunku rozszczepów jest przekazywana dziedzicznie, a wada wytwarza się wtedy, gdy zarodek napotyka niekorzystne warunki rozwoju. Im większa jest dziedziczna wrażliwość zarodka na nieprawidłowe wpływy środowiska śródmacicznego, tym większe jest prawdopodobieństwo rozległych uszkodzeń rozwojowych. Natomiast do **bodźców zewnątrzpochodnych** należą choroby matki od 4 do 12 tygodnia ciąży, infekcje wirusowe np. grypa, różyczka, zatrucia pokarmowe z biegunką, zatrucia ciążowe z wymiotami, niewłaściwa dieta matki- niedobory witamin lub też nadmiar witaminy A,

środki chemiczne, choroby matki (cukrzyca, niewydolność krążenia, niewydolność nerek), wiek rodziców, urazy i stresy we wczesnym okresie ciąży, urazy psychiczne, promieniowanie jonizujące (G. Jastrzębowska, M. Kukula 2003). Rehabilitacja dziecka z rozszczepem wargi i podniebienia jest długim procesem i wymaga odpowiedniego postępowania leczniczo - rehabilitacyjnego przez cały okres rozwoju dziecka, a więc **od urodzenia do zakończenia rozwoju, tj. do ok. 18 - 20 roku życia.**

Jaka jest mowa tych dzieci? U dzieci z rozszczepem blizny na wardze i podniebieniu uniemożliwiają czasami prawidłowe ruchy artykulacyjne oraz utrudnione jest odtwarzanie odpowiedniego ciśnienia niezbędnego do wymówienia spółgłosek. Przy rozszczepach **zaburzenia artykulacji** mogą **dotyczyć wielu głosek albo wszystkich głosek** - zarówno samogłosek (np. a, o, u), jak i spółgłosek (np. b, c, d, t, p). Ponadto występują zaburzenia emisji głosu w postaci tzw. **nosowania otwartego**, które jest spowodowane ucieczką powietrza przez nos oraz bardzo często występuje niedosłuch. **Niedosłuch u dzieci z rozszczepami** powstaje na skutek częstych zapaleń ucha środkowego. Zdarza się czasami trwałe upośledzenie słuchu. O tym fakcie rodzic powinien uprzedzić nauczyciela, ponieważ dziecko, które niewyraźnie słyszy, również nieprawidłowo pisze. Zaczyna otrzymywać złe stopnie, zraża się do nauki, ma poczucie mniejszej wartości.

Właściwa i systematyczna terapia logopedyczna pozwala uzyskać u dzieci z rozszczepem wymowę prawidłową lub prawie prawidłową. Obejmuje ona głównie **ćwiczenia toru oddechowego, ćwiczenia warg, ćwiczenia języka, ćwiczenia ruchów podniebienia miękkiego, ćwiczenia artykulacji i masaże.** Neurologopeda uczy także **czynności połykania** oraz wdraża rodziców do właściwej opieki nad procesem kształtowania się i rozwoju mowy. Jeżeli dziecko w chwili przyjęcia do przedszkola nie mówi jeszcze wyraźnie i „nosuje”, rodzice powinni omówić tę sprawę z wychowawczynią, prosząc ją, aby starała się cierpliwie słuchać i rozumieć zwracające się do niej dziecko. Powinna ona otaczać dziecko z rozszczepem szczególną opieką, aby rówieśnicy nie wyśmiewali się z niego. Badania dzieci w wieku szkolnym wykazały, że dzieci po rozszczepach na ogół są oceniane w szkole jako bardziej nieśmiałe niż rówieśnicy. Należy pamiętać o tym, że dzieci z rozszczepem przeszły co najmniej jedną, a czasem dwie lub trzy operacje, że chorowały więcej niż ich rówieśnicy bez tej wady. Pobyty w szpitalu i choroby mają wpływ na ich stosunek do otoczenia. Obowiązkiem rodziców jest czuła, stała opieka nad dzieckiem, interesowanie się jego postępami w szkole, częste porozumiewanie się z nauczycielami, ułatwienie dziecku startu w szkole i pomoc w trudnościach. Wychowawca powinien dbać o to, żeby dziecko „rozszczepowe” siedziało w jednej z pierwszych ławek (jeśli ma kłopoty ze słuchem), było dobrze przyjęte w klasie przez rówieśników, mogło zaprzyjaźnić się z kolegami, nie czuło się upośledzone, odosobnione, nie rozumiane czy mniej

wartościowe od innych dzieci. Badania prowadzone w wielu różnych ośrodkach na świecie wykazały, że rozszczep nie ma bezpośredniego wpływu na inteligencję dziecka. Gdy porównywano grupę dzieci z tą wadą, z grupą dzieci bez rozszczepu pod względem rozwoju umysłowego, stwierdzono, że w grupie „rozszczepowej” znajduje się proporcjonalnie nie taka sama liczba dzieci zdolnych, przeciętnych i z obniżoną inteligencją, jak w grupie dzieci nie dotkniętych rozszczepem. ***Dzieci z rozszczepem odpowiednio przygotowane do szkoły dają sobie w niej radę tak samo dobrze, jak inne dzieci, jeżeli mają dostatecznie wyćwiczoną i wyraźną wymowę.*** Część dzieci z rozszczepem wykazuje szczególne uzdolnienia w pewnych dziedzinach, np. muzyce, rysunku, matematyce. Jeżeli dziecko rozpocznie naukę w szkole a mowa jest jeszcze niewyraźna, należy ponownie je zbadać i wyjaśnić, czy przyczyną trudności nie są zaburzenia słuchu. Konieczna jest ciągła kontrola słuchu i ewentualne leczenie u laryngologa i foniatri. Pierwsze dni w szkole i klasie są dla ucznia z rozszczepem bardzo ważne. Dobry wychowawca powinien więcej czasu jemu poświęcać i pomagać mu w przewyciężaniu trudności, żeby nie czuło się gorsze od kolegów. Doskonalenie umiejętności posługiwania się językiem w rozmaitych zakresach, nie tylko w obrębie sprawności artykulacyjnej, może dziecku z rozszczepem przynieść wiele korzyści w kontaktach z innymi ludźmi. Powinna być rozwijana ekspresja werbalna poprzez prowokowanie do wypowiedzi za pomocą form parateatralnych, zabaw kierowanych, z wykorzystaniem kukiełek, telefonu, ćwiczenie zachowania się w różnych sytuacjach komunikacyjnych, bo jak pisał Lew Wygotski: *„To, co dzisiaj dziecko potrafi robić we współpracy i pod kierunkiem, jutro zdoła zrobić samodzielnie”*<sup>1</sup>

**Maria Forys - neurologopeda**

#### Polecana literatura

Bardach J., *Rozszczepy wargi górnej i podniebienia*. PZWL. Warszawa 1967

Jastrzębowska G., Kukula M., *Zaburzenia mowy dzieci z rozszczepem podniebienia*. W: *Logopedia. Pytania i odpowiedzi. Podręcznik akademicki tom 2. Zaburzenia komunikacji językowej u dzieci i osób dorosłych*. Red. T. Gałkowskiego i G. Jastrzębowskiej. Opole 2003

Piekarczyk B., Młynarska – Duniak E., Winiarska –Majczyno M., *Rozszczep wargi i podniebienia. Poradnik dla rodziców*, Wyd. Lekarskie PZWL, Warszawa 2003

Pluta – Wojciechowska D., *Mowa dzieci z rozszczepem wargi i podniebienia*, UP, Kraków 2011

<sup>1</sup>Wygotski L., *Wybrane prace psychologiczne II. Dzieciństwo i dorastanie*, red. Anna Brzezińska, Marta Marchow, Poznań 2002, s. 84

**Zespół redakcyjny: Elżbieta Piwowarska, Ewa Bochenek, Renata Rosa-Chłobowska**

Biuletyn przekazywany bezpłatnie do wszystkich placówek oświatowych Nowej Huty oraz do instytucji współpracujących. Znajduje się także na stronie internetowej Poradni.