

anna piaseczna

DZIECKO



Z POTENCJAŁEM

SPIS TREŚCI

KTO POLECA PRACĘ ZE MNĄ?	5
10 ZASAD DZIECKA Z POTENCJAŁEM	12
PRZEDMOWA	15
OPIEKUNIE, KIM JESTEŚ?	17
KIM JESTEM?	31
DZIECIĘCA PODŚWIADOMOŚĆ	51
(SAMO)ŚWIADOMOŚĆ	57
STABILNY FUNDAMENT	95
WEWNĘTRZNA MOC	105
SZKLANA KULA	113
LUSTRZANE ZACHOWANIE	123
DZIECIĘCE ZAUFANIE	131
KOCHAM I JESTEM KOCHANY	139
POZYTYWNA ROZMOWA	151
ĆWICZ UWAŻNOŚĆ	165
MITY O ROZWOJU I EDUKACJI	173
NA ZAKOŃCZENIE	181

Kim jestem?

Kiedy ponownie witasz się ze sobą, masz pewność, że jesteś JEDYNĄ osobą, która wie, jak powinno wyglądać TWOJE ŻYCIE.

Od 2008 roku jako terapeuta, pedagog, rodzic i opiekun w rodzinie zastępczej, a przede wszystkim – dziecko swoich rodziców obserwuję relacje między rodzicami a dziećmi. Kiedy zgłaszają się do mnie rodzice z dziećmi, najczęściej słyszę, że jest problem, bo „coś dzieje się z dzieckiem”: nie słucha, nie wykonuje poleceń, nie potrafi zbudować relacji w przedszkolu, w szkole lub w klubie, często się złości, wyraża sporo negatywnych emocji i „coś jest nie tak”.

Pierwsze lata pracowałam z dziećmi w sposób, który wyniosłam ze studiów – skoro zgłaszał się rodzic z dzieckiem, uznawałam, że problem jest z dzieckiem. To był jeden z największych błędów pedagogicznych, które popełniałam. Bo nawet jeśli rodzice zgłaszają problem z dzieckiem, problem dotyczy całej rodziny.

**Jeżeli jeden z dorosłych nadużywa alkoholu
– problem dotyczy całej rodziny.**



Naukowcy z Uniwersytetu w Minnesocie przebadali ponad 260 matek i ich dzieci. Dzieci obserwowali od narodzin do pierwszej klasy szkoły podstawowej. Ocenili trudny temperament niemowląt, a także sposób, w jaki były wychowywane między 1. tygodniem a 6. miesiącem życia, zarówno na podstawie obserwacji, jak i relacji rodziców. Kiedy dzieci miały 2,5–3 lata, badacze obserwowali matki z dziećmi wykonujące zadania, które stanowiły wyzwanie dla dzieci i wymagały pomocy rodziców. Kiedy dzieci były w przedszkolu i pierwszej klasie, naukowcy poprosili mamy i nauczycieli, aby ocenili problemy z zachowaniem dzieci. „Przed badaniem myśleliśmy, że prawdopodobnie połączenie trudnego temperamentu niemowlęcia i negatywnego rodzicielstwa naraża pary rodzic–dziecko na największe ryzyko konfliktu w okresie niemowlęcym, a następnie naraża dzieci na problemy z zachowaniem w wieku szkolnym – powiedział główny autor badań, dr Michael F. Lorber, obecnie naukowiec na Uniwersytecie Nowojorskim. – Jednak nasze odkrycia sugerują, że to negatywne rodzicielstwo we wczesnym dzieciństwie miało największe znaczenie”¹.

**Jeżeli jeden z dorosłych jest agresywny
– problem dotyczy całej rodziny.
Niezależnie od tego, kto nie radzi sobie z emocjami
i ma depresję – osoba dorosła czy dziecko –
problem zawsze dotyczy całego systemu rodziny.**

1 Zob. Lorber M.F., Egeland B., *Parenting and temperament in infancy: Testing a mutual exacerbation hypothesis to predict conduct problems*, „Child Development”, 2011, Volume 00, 0, 1–15.

Tak jak w kreskówkach zapala się żółta lampka nad głową bohatera, który wpada na jakiś pomysł, tak ja zrozumiałam, że nie chodzi o to, żeby zamknąć się z dzieckiem w pokoju i zacząć Z NIM PRACOWAĆ. I że dopóty nic się nie zmieni, dopóki rodzice nie zaczną współpracować ze mną i zmieniać swojego zachowania i swoich przekonań o sobie.

Od tamtego momentu pracuję z rodziną jak z drużyną. Gdyby każdy biegł w inną stronę, rodzina by nie wygrała; jej członkowie potrzebują ze sobą współpracować, jeżeli ich wspólnymi celami są szczęście, zdrowie i spełnienie marzeń.

Wyobraź sobie, że i matka, i ojciec wynieśli z dzieciństwa pewne wartości, którymi kierowali się bliscy im dorośli, gdy pokazywali im, jak wygląda życie. Wartości matki schowajmy do niebieskiego worka, wartości ojca – do czerwonego. Worek czerwony i worek niebieski spotykają się w jednym domu. Dziecko, które bierze troszkę z niebieskiego i troszkę z czerwonego worka, zaczyna działać według wartości często niezrozumiałych dla rodziców – i tutaj pojawia się brak zrozumienia dziecka.

Jeżeli dla mamy wartość stanowi rodzina, być może zależy jej na wspólnym zjadaniu posiłków po szkole i po pracy. To dla niej ważne, bo taki wzorzec sobie stworzyła. Jeśli nie poinformuje o tym pozostałych członków rodziny, nic z tego nie wyjdzie. Dlaczego? Bo dla jej partnera wartość może stanowić pasja, więc po pracy zechce spędzać czas w garażu i naprawiać stare auta. Z kolei ich syn, dla którego pasje również są ważne, po szkole zechce je realizować i grać w piłkę albo jeździć na rowerze.



Dlatego tak ważnym elementem pracy z rodziną jest wyznaczenie przez rodziców najpierw swoich wartości, a następnie wartości rodziny. Dopiero gdy wartości zostaną wyznaczone, zaczynamy budować relacje bazujące na uważności.

Być może wtedy mama łatwiej zrozumie, że stare auta mogą być dla kogoś ważne i że fajnie byłoby wiedzieć, co oznacza „spalony”, gdy syn relacjonuje przebieg gry. Być może na widok fantastycznie nakrytego stołu mężczyzna zamiast pytać: „Po co to?”, przypomni sobie, że jest to ważne dla jego żony.

W książce „Bogaty albo biedny. Po prostu różni mentalnie”² przytoczono historię o tym, jak pewna kobieta gotuje szynkę na święta. Zdziwiony mąż pyta, dlaczego odcina końce. „Tak moja mama gotowała szynkę” – odpowiada żona. Gdy mama przyszła na kolację, zapytano ją, dlaczego odcina końce szynki. „Tak moja mama gotowała szynkę” – odpowiada kobieta. Zadzwonili zatem do babci i zapytali, dlaczego odcinała końce szynki. Babcia odpowiedziała: „Bo rondel był za mały”. To właśnie jest Twój system przekonań.

W systemie przekonań, który możesz sobie wyobrazić jako pudełko z wejściami na USB, znajduje się wejście pod tytułem „OCZEKIWANIA”. Czyli powinnaś robić wszystko to, czego spodziewają się Twoi bliscy, bo to najlepszy wybór w Twoim życiu, bo inni „wiedzą lepiej”, co jest dla Ciebie najlepsze.

2 Eker H.T., *Bogaty albo biedny. Po prostu różni mentalnie*, Warszawa, 2012.

Być może ktoś stworzył sobie obraz pewnych oczekiwań, które miałaś zrealizować, choć nawet o tym nie wiedziałaś. Ten ktoś uważał, że powinnaś coś zrobić według jego systemu działań.

Ludzie dorośli żyją według norm narzucanych im w dzieciństwie. Jeśli w domu rodzinnym zdrowe odżywianie było priorytetem, w dorosłym życiu staje się dla nich normą – do tego stopnia, że często krytykują zachowania, które stoją w sprzeczności z przyjętym przez nich systemem wartości.

MOJA HISTORIA

Bycie młodszą siostrą stanowiło dla mnie spore wyzwanie. W szkole moja starsza o trzy lata siostra przecierała ścieżki edukacyjnych przekonań nauczycieli. Często jej wychowawcy stawiali się moimi wychowawcami, a ja chciałam zniknąć, gdy tylko wyczytywali moje nazwisko.

Różniłyśmy się i w szkole, i w życiu codziennym. Ona lubiła stawiać na swoim, pracę domową odrabiać na kolanie przed rozpoczęciem lekcji i świetnie radziła sobie z organizacją wycieczek szkolnych. Ja zawsze chciałam być przygotowana, robić coś więcej, żeby zdobyć dodatkową ocenę, i brałam udział w konkursach szkolnych.

Gdy podczas lekcji matematyki usłyszałam: „Piaseczna, czy z tobą też będą takie problemy, jakie były z twoją siostrą?”, nie wiedziałam, co myśleć. Ponownie chciałam zniknąć.



Byłam mistrzynią z matematyki. W trakcie pobytu w szpitalu moje mistrzostwo rozwijała pani od indywidualnego trybu nauczania. Rozumiała, że pisanie bardzo mnie stresuje, a stres powoduje, że osiągam gorsze wyniki.

Byłam odważna. Potrafiłam grzecznie zwrócić uwagę, że na tablicy napisano złe obliczenie. Nauczycielom się to nie podobało i zwykle dostawałam jedynki. Bywali też tacy, którzy po mojej trzymiesięcznej hospitalizacji wręczali mi kartki ze sprawdzianami. O konkursie matematycznym nie było mowy.

Tuż przed zakończeniem roku szkolnego moja mama odebrała telefon. „Pani druga córka również będzie zagrożona z matematyki – usłyszała. – Ostateczny termin zaliczenia sprawdzianów jest jutro”. Przebywałam wtedy w szpitalu – miejscu, które od 8. do 19. roku życia stało się moim domem z powodu choroby hematologicznej. Mama napisała uzasadnienie dla 23 jedynek i wystąpiła do dyrektora z wnioskiem o zwołanie komisji, w obecności której odbędzie się roczne zaliczenie przedmiotu.

Z rocznego testu z matematyki otrzymałam ocenę bardzo dobrą. Nie czułam się ani lepsza, ani gorsza. Czułam jedynie wielką niesprawiedliwość i smutek spowodowany brakiem możliwości spełniania się w ulubionym przedmiocie.

Otrzymałam wtedy od życia dwie ważne lekcje: nauczyłam się akceptować innych i walczyć o siebie.

(Samo)świadomość

**Jestem w stanie kontrolować tylko to,
czego jestem świadomy.
To, czego nie jestem świadomy,
ma kontrolę nade mną.
Świadomość daje mi władzę.**
John Whitmore

Dzisiejszy świat bardziej niż kiedykolwiek pozwala nam odkrywać samych siebie. Kobiety mają prawo się wypowiadać i głosić, stają się coraz bardziej niezależne i w rozwoju dążą do pełni szczęścia. Mężczyźni zaczęli traktować pracę jako misję, nie przymus zarabiania czy cel utrzymania rodziny, spełniają swoje marzenia i angażują się w rozwój i wychowywanie dzieci.

Każdy z nas jest inny. Różnimy się genami i potencjałem. Ja jestem inna niż Ty, Twoi rodzice różnią się od Ciebie, a dzieci, o ile je posiadasz, są wyjątkowe na swój własny sposób. I bynajmniej nie oznacza to, że któreś z nas jest gorsze czy lepsze. Oznacza to, że każde z nas jest po prostu sobą.

Kiedy piszę o samoświadomości czy samodzielnym myśleniu, narasta we mnie potrzeba podzielenia się z Tobą przeżyciem „samo”.



„Samo” to większa część mnie. To wolność, która jest we mnie. To każde zachowanie, każde wypowiedziane słowo, które współgra z moimi wartościami. To uważność na własne wewnętrzne piękno, na słabe i mocne strony, na relacje, emocje i bycie. Tak, po prostu bycie.

Być może zetknęłaś się z terminem „samoświadomość”, a nawet z przekazem: „Rozwijaj swoją samoświadomość”. Samoświadomość to rozwój siebie. Możemy rozwijać to, co znamy. A na ile znasz siebie?

Praca z dziećmi przyniosła mi wiele narzędzi umożliwiających jeszcze lepsze poznanie siebie. Powrót do bajek, komiksów czy układania puzzli? Jeśli jesteś świadoma tego, co lubisz, co sprawia Ci radość – i jeśli czujesz, że daje Ci to poczucie szczęścia, to rób tego więcej. Opuść wstyd, ograniczenie i przekonanie, że „nie wypada”.

Dzieci z natury są ciekawe świata. Świata, które same tworzą. Od małego skupiają uwagę na osiągnięciu celów i odrzucają to, co może je rozpraszać⁶.

6 W 1978 roku pojawiła się praca naukowa „Ukryte koszty nagród” Marka Leppera i Davida Greene’a. Po wyłonieniu dzieci, które czas najchętniej spędzały na rysowaniu, badaczy zastanawiało, czy nagradzanie za rysowanie będzie wpływało na motywację dzieci. Przedszkolaków podzielili na trzy grupy. Pierwszej grupie obiecali dyplom w zamian za rysunek, drugiej grupie zadali pytanie, czy ma ochotę rysować (jeśli dzieci się decydowały, po ukończeniu rysunku otrzymywały dyplom), trzecią grupę zapytali, czy chce rysować, ale efektu rysowania nie powiązali z nagrodą. Po dwóch tygodniach obserwacji okazało się, że dzieci z dwóch grup – tej, która nie otrzymała nagrody, oraz tej, która otrzymała nagrodę, ale nie została o niej poinformowana – rysowały równie chętnie jak przed badaniem. Dzieci, którym od razu obiecano nagrodę za wykonanie rysunku, poświęcały znacznie mniej czasu na tę aktywność. Zob. https://www.researchgate.net/publication/281453299_Undermining_Children's_Intrinsic_Interest_with_Extrinsic_Reward_A_Test_of_the_Overjustification_Hypothesis. Data dostępu: 1.02.2022. Zob. też. Mark R. Lepper, David Green, Richard E. Nisbett (1973), *Undermining Children's Intrinsic Interest with Extrinsic Reward: A Test of the Overjustification Hypothesis*, „Journal of Personality and Social Psychology”, 28(1).

Dziecko nie po to przychodzi na świat, żeby spełniać oczekiwania Twoje albo innych ludzi. Dziecko po to przychodzi na świat, żeby realizować swoją misję. Rolą dorosłych jest towarzyszenie dziecku w odkrywaniu tej misji i wspieranie w uzyskaniu niezbędnych kompetencji, aby dzięki wiedzy i postawie mogło tę misję wypełnić.



Jeśli właśnie poczułaś ukłucie w klatce piersiowej lub przez Twoją głowę przeleciało tysiące myśli, zatrzymaj się na moment i zadaj sobie pytanie: „PO CO?”. No właśnie: po co?

Podczas jednego ze szkoleń usłyszałam: „Niepewni siebie rodzice wychowują niepewne siebie dzieci”.

Zastanawiasz się, dlaczego tyle piszę o dorosłych? Gdy patrzysz na dziecko, które w przyszłości stanie się osobą dorosłą, uświadom sobie, kim byłeś w dzieciństwie, jak wyglądało Twoje dzieciństwo i jakim człowiekiem jesteś teraz.

Tym właśnie jest samoświadomość – umiejętnością nazywania swoich wartości, emocji, mocnych i słabych stron, a także chęcią podejmowania wyzwań i zmiany tego, co jest w nas ograniczeniem.



Przyjrzyj się temu uważnie. Kiedy byłeś dzieckiem, zapewne miałeś marzenia, ukryte talenty, pasje. Niektórzy dorośli mocno w Ciebie wierzyli, inni podcinali Ci skrzydła (i nie mam tu na myśli ojca ani matki uzależnionych od alkoholu). Być może chciałeś grać w piłkę nożną, ale usłyszałeś, że to nie jest dla kobiet. Być może chciałeś tańczyć w balecie, ale powiedziano Ci, że jesteś za gruba lub Twojej rodziny nie stać na taki wydatek.

To, co wydarzyło się w dzieciństwie, wpływa na to, jakim rodzicem i pedagogiem teraz jesteś. I będzie wpływało – do momentu podjęcia przez Ciebie decyzji o zmianie nawyku



myślenia. Dlaczego? Ponieważ w Twoim systemie przekonań zakodowano narzucanie innym własnego zdania, aby podporządkowywali się w określonych sytuacjach.

Na przykład gdy bardzo chciałaś wyjść na dwór (obecnie dzieci chcą pograć na konsoli), najpierw musiałaś zrobić coś, o co poprosiła Cię lub co nakazała Ci osoba dorosła. Zarówno w domu, jak i w pracy kierujesz się nawykami, schematami, wzorcami zapisanymi w Twojej podświadomości. Te wzorce na wielu płaszczyznach oddziałują na relacje z dzieckiem.

Podam Ci przykład.

Wyobraź sobie, że gdy miałaś pięć lat, matka zostawiła Cię z ojcem i postanowiła ułożyć sobie życie z kimś innym. Odczuwałaś stratę, odrzucenie i byłaś zawiedziona. W Twojej głowie powstała historia pod tytułem: „Nikt mnie nie kocha. Jestem niepotrzebna”. Kiedy po latach podejmujesz pracę jako pedagog i w grupie pięciolatków, z którymi pracujesz, znajduje się dziewczynka porzucona przez mamę, podświadomie będziesz się z nią identyfikowała (mimo że świadomie możesz to wypierać).

W trakcie sesji indywidualnych z nauczycielami i osobami pracującymi z dziećmi odkrywamy blokady z dzieciństwa, które są ograniczeniami w pracy. Nawet jeśli bardzo chcesz pomóc, zaczynasz traktować dziecko jak ofiarę; litujesz się nad nim. Dziecko, które w grupie lub w rodzinie staje się ofiarą, w pewnym momencie zaczyna wykorzystywać swoją rolę. Rozwój potencjału takiego dziecka zostaje zablokowany, bo jak takie małe, biedne dziecko ma samo założyć sobie buciki, prawda...? Przecież pani mu pomoże...

Twoja pomoc staje się problemem na wielu płaszczyznach⁷.

Jedną z tych płaszczyzn jest kontrola. Cokolwiek zrobi takie dziecko, zechcesz je chronić. Ale gdy nadmiernie chronisz dziecko, ograniczasz mu doświadczanie i zdobywanie wiedzy.

Drugą płaszczyzną jest karmienie własnego ego, czyli podwyższanie poczucia własnej wartości dzięki osiągnięciom dziecka.

Wyobraź sobie, że jesteś dziewczynką i wychowujesz się w rodzinie uznawanej za tak zwaną pełną. Masz mamę, tatę i brata. Twoi rodzice mają stałą pracę i zapewniają Ci podstawowe potrzeby: mieszkanie, jedzenie, edukację, opiekę medyczną. Twój brat świetnie się uczy, ma pasję i znajomych. Nie masz pomysłu na swoje życie, więc robisz to, co robi Twój brat. Chciałabyś, aby rodzice pomogli Ci odkryć Twój potencjał, a gdy tego nie robią, po pewnym czasie zaczynasz szukać tego u znajomych. Rodzice pracują na pełen etat, mają wysokie oczekiwania i są przekonani, że Wasza rodzina jest idealna.

Pewnego dnia spóźniasz się do domu. Po tygodniu sytuacja się powtarza. Dorastasz i zaczynają Cię interesować coraz to nowe rzeczy (przecież to, co zabronione, najbardziej kusi). Rodzice nadal tkwią w przekonaniu o idealnej rodzinie i idealnie wychowywanych dzieciach. A Ciebie wciąż kusi. Kiedyś nie miałaś pomysłu na siebie, teraz nie masz własnego zdania. Najpierw zgadzasz się zapalić papierosa, potem – wypić lampkę wina. W głowie pojawiają się myśli: „A co, jeśli rodzice

7 Budowanie rezyliencji polega na tym, aby młodych ludzi uczyć przyjmowania przeciwności losu jako części doświadczenia życiowego – bez obwiniania się za rzeczy, które były poza ich kontrolą. Warto też zachęcać do znajdowania dobrych stron trudnych przeżyć – takie podejście może okazać się cennym doświadczeniem na przyszłość.

wyczują?”. Jednak chęć przynależności do grupy jest silniejsza niż zastanawianie się nad konsekwencjami. Trochę zazdrościsz koleżankom, że wyjeżdżają na wakacje z rodzicami, że ich rodzice mają pasje. Nauka schodzi na drugi plan. Rodzina wciąż jest ważna, ale już nie najważniejsza. Szukasz dalej. Dość szybko pojawia się ktoś, kto się Tobą interesuje. Pojawia się moment na miłość, na zainteresowanie, na odnalezienie pasji i na ucieczkę z domu. Zostajesz matką.

Ile wiesz o sobie? Na ile znasz swoje wartości? Jakie masz marzenia? Co w sobie kochasz? Jasne, nawet się nad tym nie zastanawiasz. Przykrywasz to rozkosznie pachnącym dzieckiem, które ma idealnie się rozwijać, bo przecież taki obraz rodziny przedstawili Ci dorośli w dzieciństwie.

I co się dzieje? Twoja podświadomość wariuje! Okazuje się, że Twoje dziecko staje się Twoim wewnętrznym dzieckiem. Kupujesz mu ubranka, które chciałaś nosić w dzieciństwie, i zabawki, którymi chciałaś się bawić. Urządzasz pokój marzeń, o którym sama kiedyś marzyłaś. Kosztem dziecka realizujesz idealny obraz siebie i swojego dzieciństwa. Tłumaczysz sobie, że zapewniasz dziecku wszystko, co najlepsze. Stawiasz na to, czego Tobie brakowało. Dajesz dziecku więcej, niż sama miałaś.

A co z Twoją pasją? Co z miłością do siebie? Co z Twoimi wartościami i marzeniami? Gdzie jesteś Ty? Idealna mama, idealni rodzice, którzy chcą mieć idealne dziecko. Nie zauważasz problemów emocjonalnych u dziecka, wypierasz jego negatywne zachowania i nadal spełniasz swoje marzenia z dzieciństwa – a raczej zmuszasz dziecko, aby spełniało je kosztem siebie.

Zdarza się, że dorośli, którzy nie przepracują swojego dzieciństwa, podświadomie zmuszają swoje dzieci, aby realizowały ich dzieciństwo. Mama lub tata przerzucają na dziecko swoje oczekiwania i niespełnione działania czy marzenia.

Podam Ci przykład.

Wyobraź sobie mężczyznę, który jako chłopiec marzył o tym, żeby zostać piłkarzem. Jednak albo nie miał do tego predyspozycji, albo rodzice nie mieli czasu, aby wozić go na treningi. Jako ojciec inwestuje czas i pieniądze w treningi piłkarskie dziecka. Kiedy dziecko ponosi porażki lub rezygnuje z trenowania, ojciec mu wypomina ilość zainwestowanego czasu, pieniędzy lub krytykuje jego postępy.

**Ile jako rodzic wiesz o dziecku?
Jaką masz świadomość jego rozwoju?
Posiadasz wiedzę i doświadczenie czy intuicję?**

Kiedy z lotu ptaka spojrzymy na swoje dzieciństwo, możemy zauważyć, że naszym najbliższym zabrakło wiedzy na temat naszego rozwoju. Być może i Ty miałaś być mistrzynią z przedmiotu, który okazał się Twoją kulą u nogi.



Na zakończenie

Zawsze bądź dla siebie ważna!

Zarówno pierwsze, jak i drugie wydanie „Dziecka z potencjałem” stanowiło dla mnie spore wyzwanie, ale było także jednym z moich marzeń i celów. Chciałam przekazać Ci konkretne narzędzie do zrozumienia siebie jako dziecka, abyś mogła budować świetne relacje z dziećmi w swoim domu, w przedszkolu czy w szkole.

Potrzebowałam cofnąć się i przeanalizować swoje dzieciństwo, odważyć się napisać o swojej chorobie, o której – choć ją akceptuję – nie lubię mówić.

Musiałam mocno wierzyć, że potrafię, chociaż czasami pojawiały się myśli: „Może jednak się wycofaj...?”. Wtedy przypominały mi się słowa i wiadomości od moich przyjaciół, czytelników bloga i odbiorców w mediach społecznościowych, że bardzo czekają na tę książkę, a ja przecież pragnę zrobić coś dla siebie i oferować innym wartość.

Doświadczyłam chwil radości, euforii i zwątpienia. Analizowałam słowa, poprawiałam, dopisywałam...



Książka nie jest idealna, ale jest moja! Bazująca na prawdzie, moich wartościach, napisana z miłością do siebie, do dzieci i do osób, które chcą zrealizować swój potencjał.

MOCno wierzę, że możesz w życiu osiągnąć wszystko, czego tylko zapragniesz.

Powodzenia!
Anna Piaseczna

Zapraszam Cię do moich mediów społecznościowych!



www.annapiaseczna.pl
www.freemindofchild.pl



Anna M. Piaseczna
Free Mind of Child – Zainspirowani Rozwojem Dzieci



@annapiaseczna_pl



Anna M. Piaseczna | Free Mind of Child

Zamów roczny dostęp do kursu online

„10 KROKÓW DO WZMACNIANIA PEWNOŚCI SIEBIE U DZIECI”

Anna Piaseczna (terapeutka) i Kamila Rowińska (coach)

przeprowadzą Cię przez 10 kroków, dzięki którym
wzmocnisz pewność siebie u dziecka.



Dzięki kursowi nauczysz się:

- poznawać i rozwijać mocne strony swojego dziecka;
- dostrzegać i wzmacniać asertywną komunikację u dziecka;
- udzielać dziecku obiektywnych pochwał;
- pielęgnować w dziecku wdzięczność;
- celebrować sukcesy dziecka.

KAMILAROWIŃSKA.PL/DZIECKO

Kup książkę

KSIĄŻKA POZYTYWNYCH MYŚLI

„**Książka Pozytywnych Myśli**” to zbiór kolorowanek i zadań, które wspierają rozwój dziecka i wprowadzają je w świat pozytywnych emocji. Odwaga, miłość, wdzięczność, przyjaźń, współpraca, relacje — to wybrane tematy, które dziecko pozna w trakcie tej niezapomnianej podróży.

„**Książka Pozytywnych Myśli**” w kilku słowach oznacza: budowanie wiary w siebie i swoje możliwości, naukę wdzięczności, wspaniałą zabawę, wyznaczanie celów, rysowanie i budowanie nawyków.



Więcej przeczytasz tutaj:



www.freemindofchild.pl



Zapraszam Cię do współpracy!

Specjalizuję się w strategicznym działaniu, świadomym zarządzaniu potencjałem i budowaniem zespołów (w rodzinie, sporcie i biznesie). Wspieram małe i średnie firmy – jestem strategicznym i kreatywnym konsultantem w zakresie tworzenia własnej marki, produktów i projektów w branży edukacyjnej i dziecięcej. Tworzę programy edukacyjne i organizuję obozy mentalne dla dzieci i nastolatków. Prowadzę szkolenia i treningi mentalne w szkołach, firmach i klubach sportowych.



[Kup książkę](#)

Jak mogę Ci pomóc?

Tylko dzięki mocnym fundamentom osiągniesz stabilny szczyt. Każdy – rodzina, rodzic, nauczyciel, dziecko – ma inne wyzwania. Zakres działań z rodziną czy placówką wychowawczo-edukacyjną dobieram indywidualnie po przeprowadzeniu konsultacji. Oferuję Ci sprawdzony program usług.

„DZIECKO Z POTENCJAŁEM”

Wiedza, która jest potrzebna świadomemu dorosłemu, aby rozumiał emocje swoje i dziecka, budował relacje z dzieckiem, skutecznie się komunikował oraz rozwijał talenty dziecka i wspierał jego potencjał.



**KSIĄŻKA
i SZKOLENIE**



[Kup książkę](#)

„KSIAŻKA POZYTYWNYCH MYŚLI”

Zadania, które wspierają rozwój dziecka, budują wiarę w siebie i swoje możliwości, uczą wdzięczności i wyznaczania celów, pomagają wypracowywać nawyki.

TRENINGI MENTALNE

Droga do mistrzostwa, która pozwala świadomie zarządzać potencjałem i energią, zwiększać pewność siebie, budować wewnętrzną siłę, rozumieć swoje emocje oraz skutecznie osiągać cele prywatne, zawodowe i sportowe.

KONSULTACJE I TRENINGI MENTALNE DLA RODZICÓW

Treningi dla rodziców, nauczycieli i trenerów, którzy chcą przestać powielać schematy z dzieciństwa, stać się mistrzami komunikacji z dziećmi i dowiedzieć się, jak rozwijać dziecięcy potencjał.

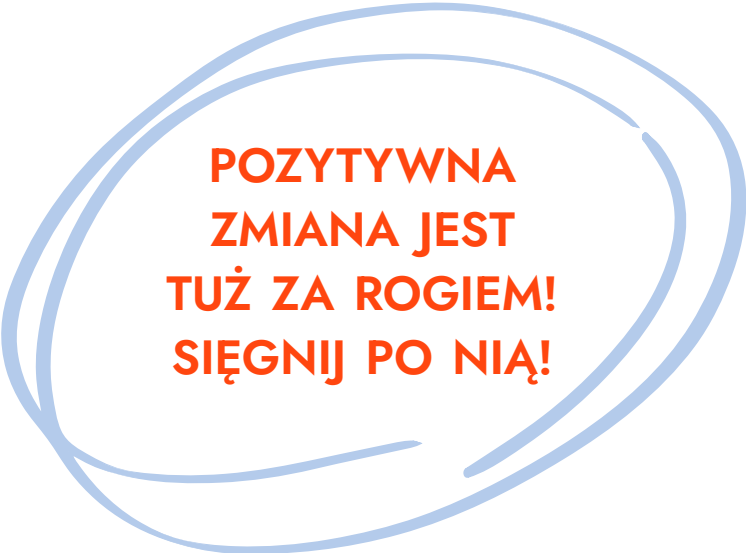
MENTAL CAMPS ORAZ SESJE INDYWIDUALNE Z DZIECKIEM



Programy stworzone na podstawie badań nad mózgiem. Zabawa, która kształtuje w dzieciach pozytywne nawyki i wyposaża w kompetencje życiowe. Narzędzia pozwalające spełniać marzenia, zwiększać wiarę w siebie oraz doskonalić swoje umiejętności.



Kup książkę



**POZYTYWNA
ZMIANA JEST
TUŻ ZA ROGIEM!
SIĘGNIJ PO NIĄ!**

DZIECKO Z POTENCJAŁEM
ANNA M. PIASECZNA

© Copyright by RBC International Sp. z o.o.

Autor: Anna Piaseczna

Tytuł: Dziecko z potencjałem

Redaktor prowadząca: Dominika Bondyra #ZespolRBC

Redaktor uzupełniający: Kamil Dudziński

Redakcja i korekta: Elżbieta Sokołowska | korektelka.pl

Projekt graficzny okładki: Anna Nachowska | PracowniaKsiążki.pl

Łamanie i skład: Anna Nachowska | PracowniaKsiążki.pl

Zdjęcia autorki na okładce: Olga Majrowska

Stylizacja autorki do zdjęć na okładce: Małgo Kotlonek

Wydanie II, Gliwice 2022

ISBN (wersja drukowana): 978-83-961968-8-0

ISBN (wersja elektroniczna): 978-83-961968-9-7

RBC International Sp. z o.o.

ul. Górnych Wałów 21 lok. 6, 44-100 Gliwice

tel.: +48 577 982 482 (od 8:00 do 16:00)

e-mail: kontakt@rowinskabusinescoaching.com

www.KamilaRowinska.pl

Autor oraz Wydawnictwo dołożyli wszelkich starań, aby zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce. Niniejsza publikacja ani żadna jej część nie mogą być kopiowane ani w jakikolwiek inny sposób reprodukowane, powielane czy odczytywane w środkach publicznego przekazu bez pisemnej zgody wydawcy. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośnikach filmowym, magnetycznym lub innym powodują naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji. Wszelkie prawa zastrzeżone. *All rights reserved.*

Wszelkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowy mi lub towarowymi ich właścicieli.

[Kup książkę](#)