

Centrum Profilaktyki Społecznej

www.cpsedukacja.pl

dr hab. Mariusz Z. Jędrzejko prof. WSKZ

7 wskazówek które ułatwią życie rodziców i dziecka



Tyle samo neuronów,
ale...

Zaburzenia
Słabe połączenia

86 mld

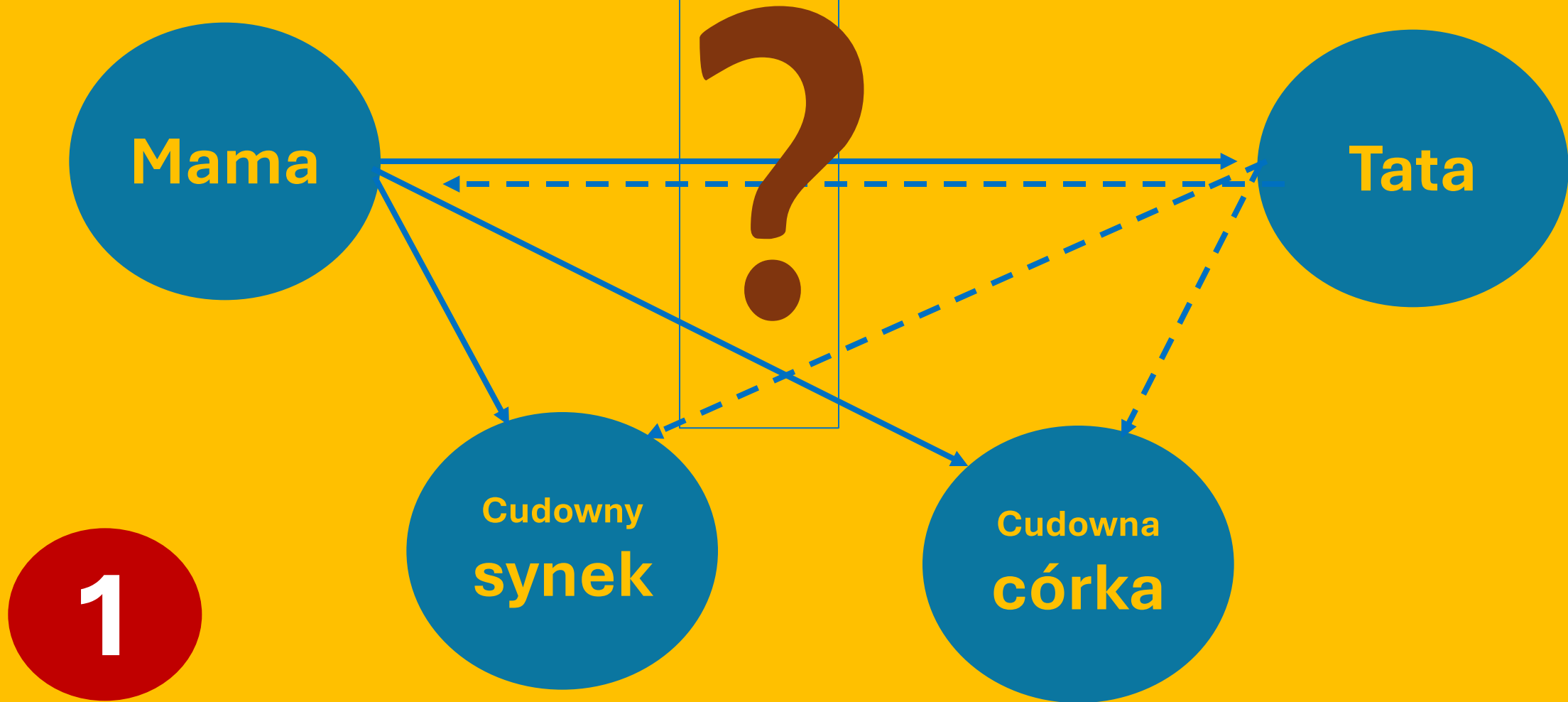
Pełne połączenia
Zaburzenia



My:
„autostrady”

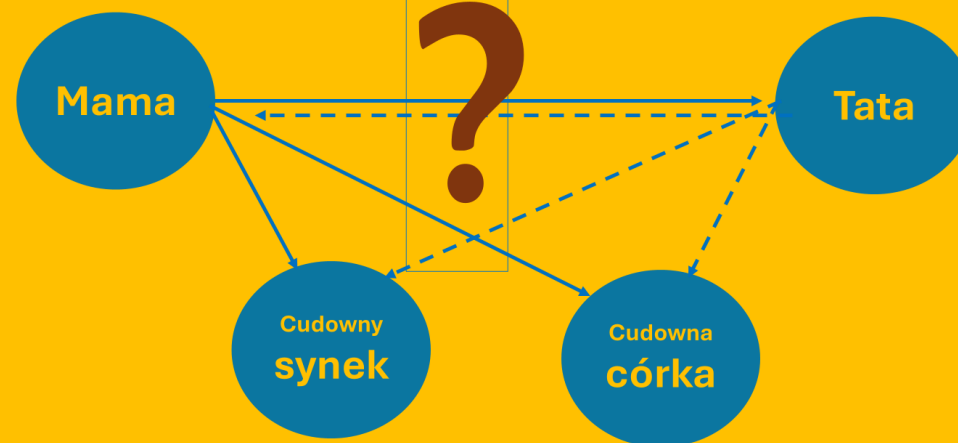
Dzieci:
„polne ścieżki”

Kluczowy błąd mamy i taty nr 1 - niezrozumienie kto jest najważniejszy



Odpowiedź jest tylko jedna: **jeśli Wy jesteście dla siebie najważniejsi, dziecko lepiej poradzi sobie w życiu**

**KLUCZOWY BŁĄD MAMY I TATY -
niezrozumienie kto jest najważniejszy**



1

Kluczowy błąd mamy i taty nr 2 - „dziecko nie rozumie tego, więc możemy...”



2

Widzę – zapamiętuję – powtarzam

Kluczowy błąd mamy i taty nr 2 -
„dziecko nie rozumie tego, więc możemy...”

2



Budowanie
moralności

1. Są **obrazy i gesty**, których dzieci **nie powinny** oglądać
2. Są **słowa**, których **nie powinny** słyszeć

1. Są **obrazy i gesty**, które **powinny** widzieć
2. Są **słowa**, które **powinny** słyszeć

NIE

TAK

Widzę – zapamiętuję – powtarzam



1. Są **obrazy i gesty**, których dzieci **nie powinny** oglądać
2. Są **słowa**, których **nie powinny** słyszeć
3. Są **obrazy i gesty**, które **powinny** widzieć
4. Są **słowa**, które **powinny** słyszeć



**Wulgaryzmy; picie alkoholu,
papierosy, e-papierosy, snusy;
wyzywanie innych; łamanie prawa,
brak szacunku wobec innych...**

**Czułość wobec siebie; dobre słowa o
świecie; szacunek dla innych; poważanie
dla wartości religijnych; proszę – dziękuję –
jesteś super – bądź z siebie dumny...**

Pozornie błaha sprawa

Skoro tata
potrafi...

NIE

TAK

Wideo – zapamiętuję – powtarzam

1. Są obrazy i gęsty, których
długo nie powiem ogólnie
2. Są słowa, których nie
powiem nigdy
3. Są obrazy i gęsty, które
powiem tylko
4. Są słowa, które powiem
tylko

Wulgaryzmy; picie alkoholu,
papierosy, e-papierosy, snusy;
wyzywanie innych; łamanie prawa,
brak szacunku wobec innych...

Czułość wobec siebie; dobre słowa o
świecie; szacunek dla innych; poważanie
dla wartości religijnych; proszę – dziękuję –
jesteś super – bądź z siebie dumny...



To znaczy,
że ja **mogę...**



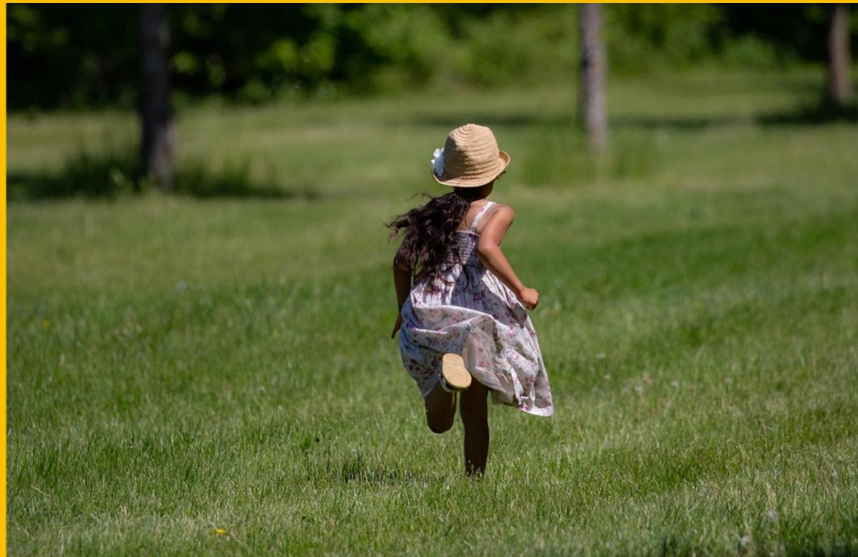
Mów do dziecka tak, aby zrozumiało



3

Nie: bądź grzeczna
Tak: nie wolno iść dalej niż do
huśtawki i drabinki

Mów do dziecka tak, aby zrozumiało



4

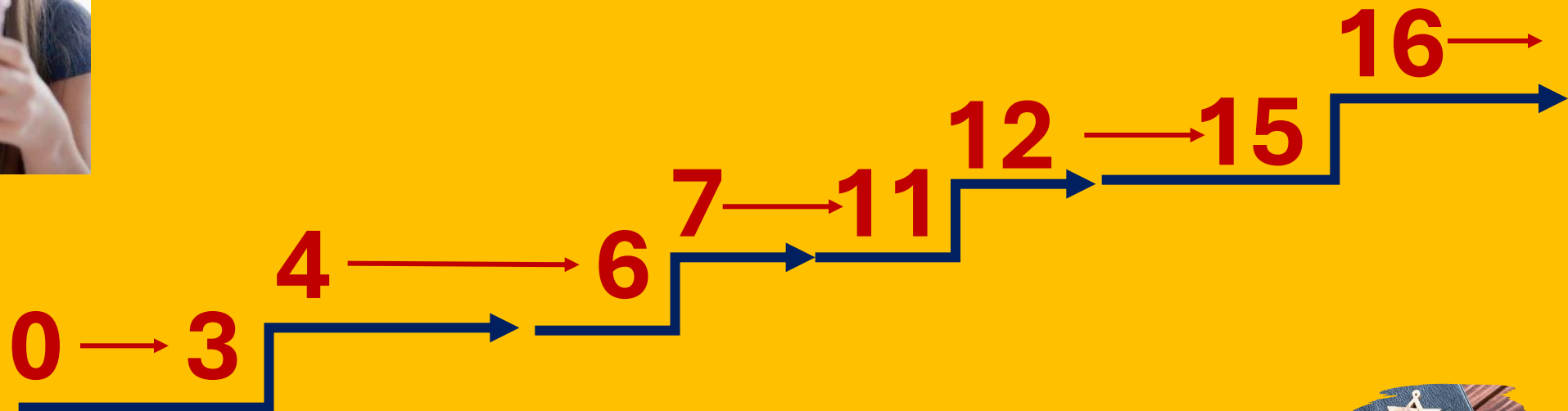


Coś rozwija, a coś zwija...

Kiedy dać dziecku smartfon, TV,
komputer, tablet...?

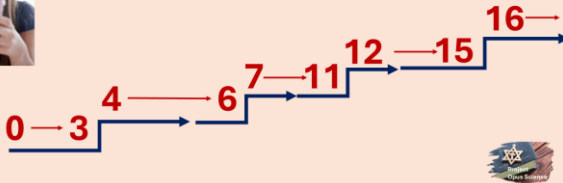


4



Warto zaufać nauce

Coś rozwija, a coś zwija...
Kiedy dać dziecku smartfon, TV,
komputer, tablet...?



0 → 3

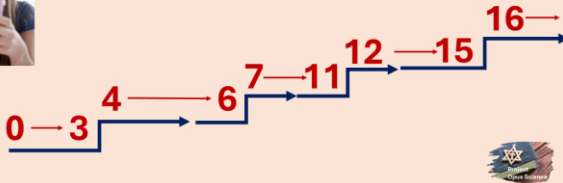
- ☐ Bez telewizora
- ☐ Czytanie bajek
- ☐ Dużo na świeżym powietrzu
- ☐ Wspólne posiłki bez smartfona
- ☐ Uczenie porządku

Warto zaufać nauce

Coś rozwija, a coś zwija...
Kiedy dać dziecku smartfon, TV,
komputer, tablet...?



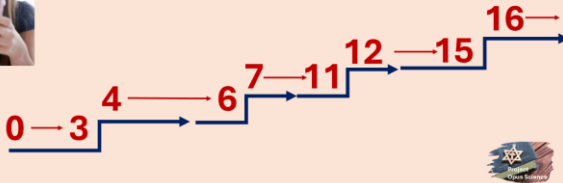
4 → 6



- ☐ TV – bajki z morałem, do 20-30 minut na dobę
- ☐ Gry i zabawy edukacyjne – od 6 r. z PC
- ☐ Uczenie wysiłku i pomocy w domu
- ☐ Bez smartfona – 20.00 sen bez rozpraszania
- ☐ Wymaganie porządku

Warto zaufać nauce

Coś rozwija, a coś zwija...
Kiedy dać dziecku smartfon, TV,
komputer, tablet...?

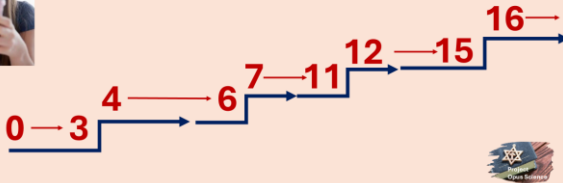


7 → 11

- ☐ TV – bez agresji i treści niezrozumiałych do 60 min. na dobę; dwa dni w tygodniu bez TV
- ☐ Gry i zabawy edukacyjne z PC – do 60 min., co drugi dzień
- ☐ Nauka bez TC, codzienne samodzielne czytanie
- ☐ Stałe obowiązki w domu - łączenie praw z obowiązkami
- ☐ 20.30 sen

Warto zaufać nauce

Coś rozwija, a coś zwija...
Kiedy dać dziecku smartfon, TV,
komputer, tablet...?



12 → 15

- ☐ Bez TV w pokoju
- ☐ Pierwszy smartfon – z programem kontroli: 12-13 – 90 min. na dobę, dwa dni bez, bez Tik-Toka; 14-15 – do 120 min. na dobę; jeden dzień bez
- ☐ Nauka bez TV i TC; codziennie 30 min. czytania
- ☐ Masz tyle praw, ile wywiązujesz się z obowiązków
- ☐ Sen bez smartfona

Domowa edukacja medialna



Powiedz dziecku dokładnie
czego nie wolno: wulgaryzmy, hejt,
patostreamerzy, hazard, wrzucać
zdjęć i filmów bez zgody uczestników

Powiedz dziecku dokładnie: nie
przestrzegasz zasad – nie masz TC

5

Warunki pomagające dziecku



- ☐ Długi sen głęboki,
- ☐ Mało emocji przed snem,
- ☐ Dużo tlenu w nocy
- ☐ Dobre słowo na dobranoc

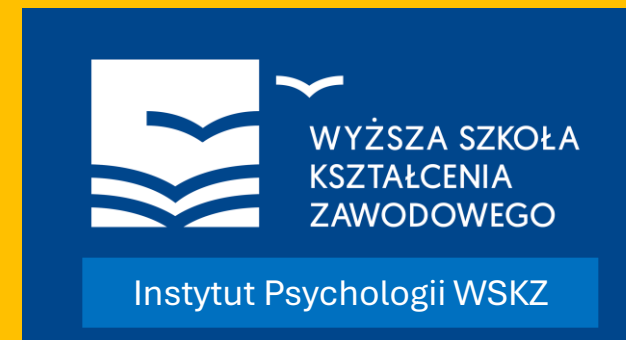
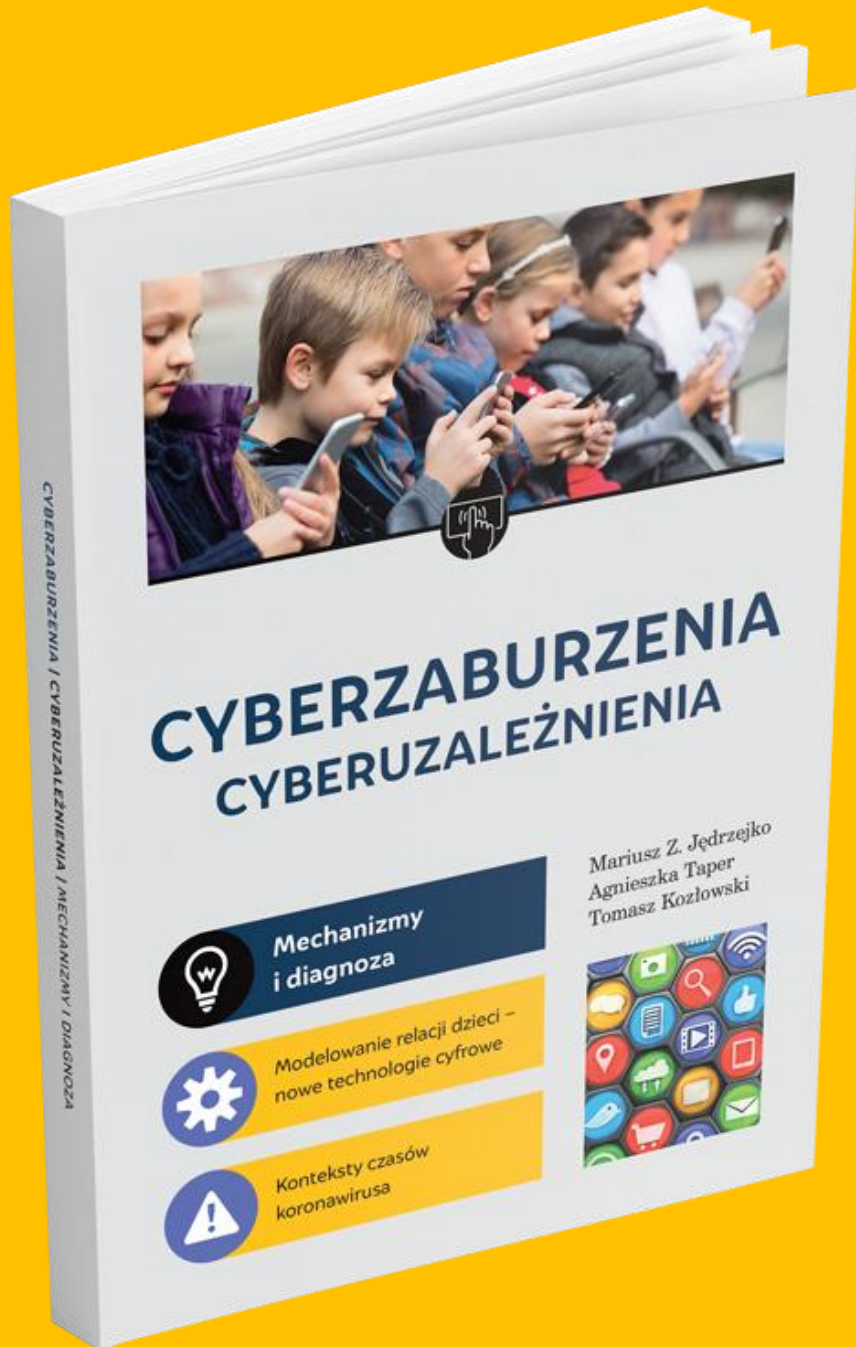
Wychowuj moralnie

- ☐ To jest dobre, a to jest złe – powiedz dlaczego
- ☐ Pokazuj wedle siebie – wzór rodziców
 - ☐ Ucz szacunku do wielkich fundamentów
- ☐ To jest prawda, a to jest fałsz

Dziękuję za uwagę

mariuszvelke@gmail.com

tel. 602-100-020





602-100-020