

## Dworek w Myślniewie jak malowany

Aleksandra Morta, reprezentująca Kobylogórski Ośrodek Kultury, została laureatką 14. edycji konkursu plastycznego pod nazwą: „Zamki, pałace, dwory i dworzaki w otoczeniu parków”.

Na konkurs, ogłoszony przez Szczeciński Dom Kultury „Przybrzeże”, napłynęło 1671 prac z 213 placówek kultury i szkół z Polski, Litwy, Rumunii i Łotwy. Prace oceniane były w pięciu kategoriach wiekowych: 5-7 lat, 8-12 lat, 13-16 lat, 17-19 lat, oraz w kategorii osób niepełnosprawnych.

14-letnia Ola, uczęszczająca na zajęcia plastyczne, prowadzone przez Elżbietę Lamentowicz w KOK, zdobyła wyróżnienie w kategorii 13-16 lat. Jurorów ujęła jej praca, przedstawiająca dworek w Myślniewie. Ponieważ laureatka pochodzi z tej miejscowości, można powiedzieć, że temat do powiedzenia nie szukała gdzieś na końcu

świata, ale w pobliżu miejsca swego zamieszkania, potwierdzając prawdziwość porzekadła: „Cudze chwalicie, swego nie znacie.” Stylowy dworek w Myślniewie, będący dziełem w użyciu w młodszej z DPS w Kobylej Górze, na pewno na takie poznanie zasługuje.

K.J.



## SPRZEDAM NIERUCHOMOŚĆ ROGASZYCE-KRÓLEWSKIE (3km od centrum Ostrzeszowa)



tel. 601 754 985

- działka o powierzchni 5000m<sup>2</sup> (0.5ha)
- budynek mieszkalny 120m
- 2 systemy grzewcze
- wszystkie media
- garaż 35m<sup>2</sup>
- basen kąpielowy
- staw rybny
- oczyszczalnia ścieków
- budynek gospodarczy

## Moja mama ma ADHD

Alicja ma jednego syna. „Nigdy nie zdecyduję się na drugie dziecko. Gdybym urodziła jeszcze jednego chłopaka i byłby tak samo nadpobudliwy jak mój Gracjan, to chyba bym zwariowała. Znajomi mają córkę, która jest spokojna i słodka jak aniołek. Takie dziecko to skarb. Ja zawsze chciałam mieć trójkę dzieci, ale teraz się po prostu boję.”

Alicja szuka pomocy u wielu neurologów, do których najczęściej trafiają rodzice dzieci z ADHD („zespół nadpobudliwości ruchowej z deficytami koncentracji uwagi”). Na jej pytanie, kiedy u jej syna znikną objawy nadpobudliwości, zwykle dostawała enigmatyczne odpowiedzi. W końcu jednak jeden z lekarzy powiedział jej: „A czy u pani objawy nadpobudliwości znikły? Pani była dzieckiem nadpobudliwym i nadal posiada pani takie cechy”.

Alicja zaniemówiła. Nigdy nie myślała o sobie jako o człowieku nadpobudliwym, w czasach jej dzieciństwa takie określenie nie było powszechne. Ale teraz wszystko ułożyło się w całość: w chwilach stresu zwykle czuła nieodpartą potrzebę pójścia do ubikacji albo zaczynała ją boleć głowa. Jedno źle dopasowane słowo męża potrafiło sprawić, że wybuchła, bardzo szybko się też podniecała seksualnie. Bywało, że gdy Gracjan ją denerwował, podbiegała do niego, wyrywała mu zabawki i wyrzucała przez okno. Zdarzało się jej wjechać w jednokierunkową ulicę pod prąd. Przyczyniała się również do tego, że nagminnie zapomina kluczy, portfela

itp. „W końcu jestem głupią blondyną”, żartowała. Teraz zrozumiała, że to mogą być objawy nadpobudliwości.

### Głupia blondynka

Alicja rozumiała jeszcze jedno: swoją zaniżoną samoocenę. Dawniej, gdy robiła coś dziwnego – np. jechała pod prąd – w głębi duszy myślała, że to objaw jej głupoty. Nie przyznawała się jednak do tego głośno i udawała, że się tym nie przejmuje.

Dzieci, które cierpią na ADHD, często zaczynają o sobie myśleć, że są głupie. Trudno im bowiem wykonać zadanie bezbłędnie, nawet jeśli się go długo uczyły, nie potrafią się koncentrować, słyszą często od dorosłych: „Jesteś niemożliwy, trudno z tobą wytrzymać, znowu mnie nie słuchasz...” Ze względu na swoją impulsywność nie są też lubiane przez rówieśników i nauczycieli.

### Nadpobudliwość dziecka

Gracjan zachowuje się jak dziecko nadpobudliwe z kilku powodów – prawdopodobnie odziedziczył po rodzicach „gen nadpobudliwości”.

Ważnym czynnikiem jest jednak też naśladowanie zachowań swojej mamy i frustracje. Trudno jest mieć rodzica nadpobudliwego. Alicja jest niecierpliwa, nie potrafi czekać i chce, aby Gracjan wykonywał jej polecenia natychmiast. Często też wybucha i jest stosunkowo mało przewidywalna dla dziecka (np. wyrzuca zabawki przez okno), a to narusza poczucie bezpieczeństwa, wywołuje lęk i frustracje, które stymulują zachowania

nadpobudliwe. Przykładem jest pacjent w poczekalni u dentysty – mimo że nie jest nadpobudliwy, to zachowuje się tak, jakby był – chodzi z kąta w kąt, trudno mu zebrać myśli, stuka palcami, czuje się źle itp.

W tej historii zachowania Gracjana znacznie się poprawiły, gdy Alicja zrozumiała, że sama ma problem z nadpobudliwością. Zaczęła kontrolować swoje zdenerwowanie i wycofywała się z sytuacji, zanim wybuchła. Do rozmów z Gracjanem wkraczał wtedy mąż. Pomogło też spostrzeżenie, że sama się „nakręca”, gdy od słowa do słowa z białego zdenerwowania robi wielki problem. Uczyła się też czekać i choć nigdy nie lubiła ćwiczeń relaksujących, nauczyła się spokojnie oddychać, co znacznie zmniejszało jej zdenerwowanie.

Zmiana zachowań mamy uspokoiła chłopca. Cała rodzina odczuła poprawę.

dr Marcin Florkowski  
- psycholog



**OSTMEDIA**  
sp. z o.o.

INTERNET

TELEWIZJA CYFROWA  
WREALIZACJI

VoIP  
WREALIZACJI

KAMERY I ALARMY

STRONY WWW

GRAFIKA



**BIURO OBSŁUGI KLIENTA**  
WWW.OSTMEDIA.PL

Ostrzeszów  
Ul. Piastowska 6  
63-500

bok@ostmedia.pl  
62 724 05 33  
+48 663 117 117

**Nowa Sala Bankietowa**

# ARKADIA

organizuje  
zabawy karnawałowe,  
wesela,  
komunie  
i inne imprezy  
okolicznościowe

Ostrzeszów,  
al. Wojska Polskiego 12  
tel. **695 951 725**



## SONDA

## Dorośli w oczach dzieci

rozm. A. Pisula  
fot. A. Halamunda



**Wiktor Kubacka**  
9 lat  
klasa IIIb SP nr 1 w  
Ostrzeszowie

Dorośli to np. różne koleżanki mojej mamy, mama, tata, jakiegoś ciciu, wujowie. Dorośli często każą coś robić, pilnują dzieci; muszę się słuchać dorosłych. Czasami mama każe mi coś zrobić, wtedy nie jest miła. Moi ulubieni dorośli to tata i babcia – tata kupuje mi dużo rzeczy, a babcia nie krzyczy. Wszyscy dorośli nie powinni za bardzo krzyczeć, nie powinni bić. Tak w ogóle to lubię niektórych dorosłych, ale sama wolę być jeszcze dzieckiem.



**Dawid Sochalec**  
6 lat  
Przedszkole nr 5

Lubię dorosłych, najfajniejszym dorosłym jest tata, bo z nim gram w piłkę i chodzę na basen. Sam też chciałbym już być dorosłym – mógłbym wtedy kupić wszystko, co bym chciał. Dorośli nie zawsze są fajni – czasami wyzywają albo chcą, żebym coś zrobił – wtedy ich nie lubię.



**Madzia Niedzielska**  
4 lata

Dorośli to mama, tata, babcia i dziadek. Dorośli są fajni, bo ja ich lubię. Babcia albo mama chodzą ze mną na huśtawki. Nie krzyczą na mnie, bo ja jestem grzeczna. Sama też chciałabym być taka duża jak mama – fajnie byłoby być dorosłym. Mój kuzyn jest już duży, ma 6 lat i chodzi do przedszkola.



**Hugo Kałużny**  
9 lat  
uczeń kl. II SP nr 3

Dorosły to człowiek, który nie uczy dzieci. Dorośli są mili i ładni. Najbardziej z wszystkich dorosłych lubię mamę i tatę oraz kolegów, którzy też są czasami dorośli. Z takimi dorosłymi kolegami można np. jeździć na desce, wariować na rowerach, robić różne triki. Sam nie chciałbym być jeszcze dorosłym, najbardziej chciałbym być piętnastolatkiem – wtedy mógłbym już wszędzie chodzić. Ogólnie lubię dorosłych – dorośli powinni być mili i sprawiedliwi, wtedy dzieci by ich lubiły.



**Maciej Lamek**  
8 lat  
uczeń kl. I SP nr 3

Znam trochę dorosłych – tata, mama to dorośli. Z dorosłymi można chodzić np. na zakupy. Nie zawsze lubię dorosłych – czasami nie są zbyt fajni – robią np. rzeczy, których ja nie chcę, albo każą mi sprzątać zabawki. Lubię dorosłych, gdy robią coś dla mnie albo ze mną. Z tatą gram np. w piłkę albo gram w badminton, czasami jest remis, czasami ja wygrywam, ale rzadko. Z mamą gram też w różne gry planszowe – nie pamiętam, w co ostatnio graliśmy. Trochę chciałbym już być dorosłym, w życiu dorosłym jest fajne to, że się robi, co się chce, a tak to dorośli wiele zabraniają.