

Naszym celem jest  
**otwieranie umysłów,**  
a nie ich napełnianie.

Otwarty umysł jest rodzajem postawy życiowej,  
która pozwala rozwinąć dzieciom skrzydła.

- 🦋 Budujemy poczucie własnej wartości.
- 🦋 Rozwijamy inteligencję emocjonalną.
- 🦋 Dodajemy skrzydeł.



# W trosce o **harmonijny rozwój** Twojego dziecka.

Wzmacniamy  
poczucie  
własnej  
wartości

odkrywamy  
i rozwijamy  
talenty

pomagamy  
w kształtowaniu  
osobowości  
dziecka

uczymy  
wyznaczania celów,  
umiejętności  
ich realizacji  
i odważnych  
marzeń

budujemy  
wewnętrzną  
siłę

TE ZAJĘCIA TO COŚ WIĘCEJ NIŻ TYLKO SPOTKANIA Z DZIEĆMI. TO POŁĄCZENIE ZABAWY I DYSKUSJI DZIECIAKÓW M. IN. NA TEMAT EMPATII, WSPÓŁPRACY Z RÓWIEŚNIKAMI I DOROSŁYMI, WARTOŚCI W ŻYCIU CZY STAWIANIA SOBIE CEŁÓW. CENNE DLA MNIĘ JAKO RODZICA BYŁY PROFESJONALNE MATERIAŁY PO KAŻDYM ZAJĘCIU ORAZ MOŻLIWOŚĆ OTWARTEJ ROZMOWY Z PROWADZĄCĄ.

TOMASZ KAPA, TATA OLGI

## Mały Orzeł to warsztaty dla dzieci rozwijające inteligencję emocjonalną.

Uczymy dzieci zdobywania kompetencji niezbędnych w dzisiejszych czasach, by stały się ludźmi niezależnymi, myślącymi i mającymi poczucie, że wszystko jest możliwe. W trakcie zajęć warsztatowych, wpajamy dzieciom **5 Postaw Małego Orła**, bez których sukces i szczęście w żadnej dziedzinie życia nie jest możliwe.

### **1 BĄDŹ ODWAŻNY**

Zajęcia o tematyce rozpoznawania i rozumienia własnych uczuć nauczą dziecko jak radzić sobie z własnymi emocjami i stresem.

Uczymy odwagi poprzez oswojenie lęków i rozkładanie ich na czynniki pierwsze. Uczymy umiejętności zadawania odpowiednich pytań tak, by odpowiedzi dobrze nas naprowadzały i nie stanowiły blokady w kontaktach z ludźmi. Dodatkowo, budujemy poczucie własnej wartości dzieci, poprzez wprowadzanie elementów występów publicznych.

To umiejętność bardzo przydatna w dzisiejszych czasach, a zwykłe radzenie sobie z tym wyzwaniem stanowi grunt pod pokonywanie nieśmiałości.

### **2 MIEJ POCZUCIE CELU**

Realizacja swoich pragnień krok po kroku to nic innego jak spełnianie własnych marzeń. Tego nie da się zrobić bez wytyczania celów. Małe kroki bardziej motywują dziecko do działania, bo szybciej osiąga ono swoje małe cele.

Uczymy wyrażać swoje marzenia, a następnie zamieniać je na realne, małe kroczki, które wytrwale realizowane, do tych marzeń dziecko doprowadzą.

### **3 ROZWIJAJ SIĘ**

Uczymy kreatywnego i twórczego myślenia. Odnajdujemy silne strony dziecka. Pomożemy dziecku określić jego styl komunikacji i damy wskazówki jak to wykorzystać w praktyce.

Rodzicom zaś podpowiemy w jaki sposób pracować z dzieckiem o określonym stylu komunikacji, by mogło ono w pełni rozwijać i wykorzystywać swój potencjał.

### **4 BUDUJ RELACJE**

Dzieci poznają zasady współpracy w grupie. Poznają kulturę, reguły i sposoby skutecznego porozumiewania się. Nauczą się słuchać innych aby ich rozumieć, poznają techniki aktywnego słuchania. Nauczą się rozwiązywania konfliktów, współpracy i pomagania innym. Dowiedzą się, czym jest empatia. To jeden z najsilniejszych hamulców dla zachowań agresywnych.

Nauczmy dzieci pozytywnych zachowań asertywnych. Dzięki temu będą śmiało wyrażać swoje potrzeby, poglądy, odczucia, z szacunkiem do innych, zachowując jednocześnie duże poczucie wiary w samych siebie.

### **5 ŁADUJ AKUMULATORY**

Nauczmy dzieci świętować własne sukcesy, nawet te najmniejsze. Często zapominamy, że celebrowanie mniejszych osiągnięć tak naprawdę dodaje nam pewności siebie, wiary we własne możliwości oraz energii do dalszego działania i osiągania naprawdę wielkich celów.

Nic nie jest tak małe, żeby nie móc się z tego cieszyć! Uświadamiamy również dzieciom jaki jest wpływ odpoczynku na nasze dalsze możliwości.

Wszystko o czym mówimy musi mieć stabilny grunt do rozwoju, a fundamentem pod to jest silne poczucie własnej wartości.

Dzięki tym zajęciom Twoje dziecko zwiększy wiarę w siebie i we własne możliwości, podniesienie swoją samoocenę, zmniejszy swoje obawy i kompleksy, uświadomi sobie swoje mocne strony.

**Zapisz dziecko dziś!**

Zapisy na nowy rok szkolny już trwają!

[www.niebolandia.pl](http://www.niebolandia.pl)

e-mail: [kontakt@niebolandia.pl](mailto:kontakt@niebolandia.pl)

tel. 663 922 199

**zajęcia 1,5 h  
dwa razy w miesiącu**

**różnorodne formy  
pracy z dziećmi**

**gwarantowane  
rezultaty**

**małe  
grupy**

**nauka  
przez  
zabawę**



# INDYWIDUALNY COACHING

Chcesz by Twoje dziecko odkryło w sobie siłę i moc do realizacji własnych marzeń?  
By pokonało wewnętrzny strach i odważnie szło przez życie w poczuciu własnej wartości.

Czasami trudno radzić sobie z wieloma problemami wychowawczymi samemu. **Coaching dziecięcy i rodzicielski** to doskonałe rozwiązanie. Pozwala na równoczesną pracę z dzieckiem i rodzicami. Zagubione dzieci nie zawsze proszą o pomoc rodziców, a czasem prosząc jej nie uzyskują ponieważ rodzice, choć kochają je ponad życie nie zawsze wiedzą jak do nich dotrzeć, jak zmotywować i skutecznie wesprzeć. Warto otworzyć się na pomoc profesjonalisty.

## Coaching pomoże w:

- pozbyciu się kompleksów;
- budowie poczucia własnej wartości;
- zrozumieniu swoich uczuć i odkryciu pragnień;
- wyznaczaniu celów i znajdowaniu sposobów do ich osiągnięcia;
- radzeniu sobie ze stresem;
- pokonywaniu negatywnych myśli o sobie, o innych, a także o świecie;
- w relacjach w rodzinie.

TERAZ WIEM, ŻE WAŻNIEJSZE JEST TO CO JA MYŚLĘ NA SWÓJ TEMAT, NIŻ TO CO MÓWIĄ MOI KOLEDZY.

KRZYŚ, LAT 9

## Jakie korzyści przyniesie dziecku spotkanie z Coachem?

- zwiększy akceptację siebie;
- rozwinie samoświadomość;
- nauczy się stawiania sobie celów i dążenia do realizacji swoich marzeń;
- wzmocni poczucie własnej wartości;
- zwiększy wiarę w to, że może coś ze swoim życiem zrobić, że jest zdolne do zmian;
- zrozumie, że wiele zależy od niego i tylko ono jest odpowiedzialne za swoje działania.

## Co zyska rodzic, biorąc udział w programie „Sukces na 5”

- poczucie spełnienia;
- lepsze relacje z dziećmi;
- więcej akceptacji i tolerancji dla siebie i dziecka;
- z innej perspektywy spojrzy na dziecko i na jego potencjał;
- zwiększy swój poziom zrozumienia i odpowiedzialności;
- zyska więcej wiary w siebie, w swoje umiejętności wychowawcze;
- lepiej zrozumie siebie i swoje uczucia;
- lepiej zrozumie swoje dziecko i jego uczucia;
- pozna kilka przydatnych technik zarządzania swoimi emocjami;
- pozna kilka przydatnych technik, by pomóc swoim dzieciom zarządzać ich emocjami.

FAJNA  
RODZINKA

WARSZTATY DLA RODZICÓW

Zapraszamy  
na **warsztaty  
rozwojowe**  
dla rodziców

terminy warsztatów na  
[www.niebolandia.pl](http://www.niebolandia.pl)

## Rodzicu! Potrzebujesz wsparcia?

Umów się na pierwsze  
**bezpłatne**  
spotkanie

e-mail: [kontakt@niebolandia.pl](mailto:kontakt@niebolandia.pl)  
tel. **663 922 199**



## Agata Szymandera - Coach dziecięcy i rodzicielski, ekspert, twórca Niebolandii.

Jestem szczęśliwym człowiekiem, radosną optymistką, patrzącą z wiarą we wszystko co mnie otacza. Uwielbiam ludzi, słońce, podróże, gorzką czekoladę i pracę z dziećmi. Jestem kochającą i kochaną żoną, dumną mamą dwunastoletniej Kornelii, duszy po stokroć artystycznej i dziewięcioletniego Tymka, zapalonego piłkarza, a także miłośnika gier komputerowych. Wewnętrzne ciepło, cierpliwość i niesamowita umiejętność kontaktu i współpracy z dziećmi sprawiły, że dziś spełniam się zawodowo jako Coach Dziecięcy i Rodzicielski. Jestem absolwentką akredytowanego przez ICF międzynarodowego programu The Art and Science of Coaching w Erickson College International, realizowanego przez Wszechnicę Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie. Ukończyłam również Szkołę Tutorów prowadzoną przez Collegium Wratislaviense we Wrocławiu.