

ZAPROSZENIE DO PODRÓŻY
I OGÓLNOPOLSKI PROGRAM TZR
ROK SZKOLNY 2026/2027

*Oferta dla przedszkoli — Trening Zintegrowanego Rozwoju i metoda Psychegrafia™
realizowane przez cały rok szkolny, wraz z Liderami TZR i programem „Wychowanie w
Obecności” dla rodzin*

Grażyna Pajewska
Twórczyni metody Psychegrafia™ i programu TZR

ZROZUM. WESPRZYJ. ROZWIŃ POTENCJAŁ.

SPIS TREŚCI

WYOBRAŹCIE SOBIE TAKI ROK.....	3
CO OTRZYMUJE PLACÓWKA, DOŁĄCZAJĄC DO PROGRAMU.....	4
„WYCHOWANIE W OBECNOŚCI” — SIEDEM SPOTKAŃ Z RODZICAMI.....	6
LIDERZY TZR — PRZYSZŁOŚĆ PROGRAMU W WASZYCH RĘKACH.....	8
JAK WYGLĄDA ROK PROGRAMU — W SKRÓCIE	9
REGULAMIN UCZESTNICTWA W PROGRAMIE.....	10
1. Status i organizator programu.....	10
2. Cel programu.....	10
3. Zasady rekrutacji i liczba miejsc	10
4. Zobowiązania placówki.....	10
5. Zobowiązania Organizatora	10
6. Warunki finansowe	11
7. Ochrona danych osobowych.....	11
8. Prawa autorskie i wykorzystanie materiałów	11
9. Rezygnacja z udziału.....	11
10. Kontakt i zgłoszenia	11
DOŁĄCZCIE DO PIERWSZEJ TAKIEJ PODRÓŻY W POLSCE.....	12

WYOBRAŹCIE SOBIE TAKI ROK

Zanim opowiemy o programie w liczbach i punktach — chcemy opowiedzieć o roku, jaki może czekać Waszą placówkę.

Jest wrzesień. Do sali wchodzi grupa dzieci — pełnych emocji, jeszcze nieoswojonych z nowym rokiem, część z nich onieśmielona, część rozbrykana, jedno czy dwoje siedzi z boku, obserwując wszystko uważnymi, zbyt dorosłymi jak na swój wiek oczami. Nauczycielka wie, że każde z nich potrzebuje czegoś innego — i wie też, że tego dnia, tak jak przez cały nadchodzący rok, na powitanie czeka je znajomy, ciepły rytuał i... ślimak.

Bo tej jesieni ta grupa wyrusza w podróż. Nie samą — razem z całym przedszkolem, razem z rodzicami czekającymi w domu, razem z nauczycielką, która od tego września nie musi już codziennie wymyślać, jak połączyć naukę liczenia z rozmową o emocjach, kreatywność z chwilą wyciszenia. Wie już, jak to zrobić — bo cały rok został dla niej rozpisany, tydzień po tygodniu, jako jedna, spójna opowieść.

Mija dziesięć miesięcy. Jest czerwiec. Dzieci, które we wrześniu ledwie się znały, siedzą razem w kręgu i opowiadają, którą krainę swojej rocznej podróży zapamiętały najlepiej. Nauczycielka trzyma w dłoni cztery dyplomy własnych szkoleń i została Liderką TZR w swojej placówce — od września poprowadzi program już samodzielnie. W domach, gdzie przez cały rok w każdy weekend czytano dziecku kolejny fragment tej samej bajki, rodzice wciąż wracają pamięcią do wysłuchanych po drodze nagrań o tym, jak być obecnym dla swojego dziecka. A na drzwiach przedszkola wisi dyplom: udział w I Ogólnopolskim Programie TZR, rok szkolny 2026/2027.

Tak właśnie wygląda rok z Treningiem Zintegrowanego Rozwoju. Poniżej opowiadamy dokładnie, co się na niego składa — i zapraszamy Waszą placówkę, by dołączyła do pierwszej, ogólnopolskiej edycji tego programu.

CO OTRZYMUJE PLACÓWKA, DOŁĄCZAJĄC DO PROGRAMU

Wszystko, co potrzebne, by ten rok wydarzył się naprawdę — od pierwszego dnia do ostatniego.

Program TZR to znacznie więcej niż jednorazowe warsztaty. To kompletny, przemyślany ekosystem wsparcia dla całej społeczności przedszkolnej — dzieci, nauczycieli i rodzin — rozpisany na cały rok szkolny i oparty na autorskiej metodzie Psychegrafia™. Poniżej w skrócie wszystko, co znajduje się w programie.

Wielka Podróż Ślimaka — roczny program dla dzieci

Rozpisana na 41 tygodni, spójna opowieść integrująca trening poznawczy, emocjonalny, twórczy (wraz z wczesną edukacją matematyczną) i uważność — osobno dla grup 3, 4, 5 i 6-latków, zgodna z nową podstawą programową wychowania przedszkolnego.

Gotowe materiały dydaktyczne dla nauczycieli

Scenariusze pięciodniowych sesji na każdy tydzień roku, dostarczane z wyprzedzeniem, tak by nauczyciel nigdy nie planował kolejnego tygodnia od zera.

Ścieżka szkoleniowa dla nauczycieli — cztery kursy i dyplomy

Cztery kursy wiedzy, dopasowane do pór roku, w których nauczyciel poznaje kolejno trening poznawczy, emocjonalny, twórczy i uważności — po każdym z nich otrzymuje dyplom udziału.

Projekt „Na Straży Wypalenia”

Równoległa, ciągła ścieżka dbania o dobrostan nauczyciela, w której poznawane techniki Psychografii stosowane są najpierw wobec samego siebie.

Cotygodniowe pakiety „Psychegrafia wchodzi do domu”

Fragment bajki, proste zadanie i propozycja rysunku — co tydzień trafiające do domu, by rodzic mógł w kilkanaście minut powtórzyć z dzieckiem to, czego nauczyło się w przedszkolu.

Do tego wszystkiego, co znają już placówki realizujące Akademię TZR, w Programie Ogólnopolskim dochodzą trzy nowe elementy, opisane szczegółowo w kolejnych rozdziałach:

„Wychowanie w Obecności” — 7 nagrań i przewodników dla rodziców **NOWOŚĆ**

Comiesięczne, autorskie nagrania i przewodniki dla rodzin, towarzyszące rodzicom od października do maja w byciu obecnym dla swojego dziecka.

Liderzy TZR **NOWOŚĆ**

Jedna lub dwie osoby z placówki, wyznaczone do koordynacji programu, przechodzą w ciągu roku pełne przeszkolenie liderskie, by od kolejnego roku móc samodzielnie prowadzić program w swojej placówce.

Dyplom Placówki **NOWOŚĆ**

Na zakończenie roku przedszkole otrzymuje własny, honorowy dyplom udziału w I Ogólnopolskim Programie TZR — dokument, który może zawisnąć na widocznym miejscu jako świadectwo całorocznej pracy całej społeczności.

„WYCHOWANIE W OBECNOŚCI” — SIEDEM SPOTKAŃ Z RODZICAMI

Bo dziecko wraca każdego popołudnia nie do przedszkola, lecz do domu — i to właśnie tam rozgrywa się druga połowa jego rozwoju.

Program TZR od zawsze zakładał, że rodzic jest równoprawnym uczestnikiem rocznej podróży dziecka — stąd cotygodniowe pakiety „Psychografia wchodzi do domu”. W Programie Ogólnopolskim to zaproszenie do rodzica zostaje wzmocnione: raz w miesiącu, od października do maja, rodziny otrzymują autorskie nagranie i towarzyszący mu pisemny przewodnik z cyklu „Wychowanie w Obecności” — poświęcone nie zadaniom dla dziecka, lecz samemu rodzicowi i jego sposobowi bycia z dzieckiem.

Każde nagranie trwa kilkanaście–dwadzieścia kilka minut i można go wysłuchać w dowolnym momencie — w samochodzie, robiąc obiad, wieczorem po położeniu dzieci spać. Towarzyszący przewodnik zawiera praktyczne wskazówki, krótkie pytania do refleksji oraz — tam, gdzie to możliwe — propozycję drobnego, wspólnego rytuału do wprowadzenia w domu.

Miesiąc	Tytuł nagrania	O czym rozmawiamy z rodzicami
Październik	Obecność, która daje bezpieczeństwo	Jak być z dzieckiem tu i teraz, gdy zaczyna się nowy rok — i dlaczego to właśnie obecność, a nie perfekcyjne metody wychowawcze, buduje poczucie bezpieczeństwa.
Listopad	Zanim zareagujesz	Jak rozpoznać u dziecka pierwsze sygnały przeciążenia, zanim przerodzą się w napad złości lub płacz — i jak zareagować, gdy już do nich dojdzie.
Styczeń	Emocje w domu	Jak być z trudnymi emocjami dziecka, nie tłumiąc ich i nie dając się im pochłoniąć — oraz jak rozpoznawać własne emocje rodzica w tym procesie.
Luty	Rytuały, które budują spokój	Dlaczego przewidywalne, powtarzalne rytuały dnia są dla dziecka ważniejsze niż się wydaje — i jak wprowadzić je bez rewolucji w domowym harmonogramie.
Marzec	Twórczość zamiast kontroli	Jak dać dziecku przestrzeń na własne pomysły i błędy, zamiast nieustannie korygować i poprawiać — i dlaczego to buduje w dziecku odwagę twórczą.
Kwiecień	Cierpliwość na co dzień	Jak praktykować uważność i cierpliwość w codziennym pośpiechu — krótkie praktyki dla zabieganego rodzica, nie dla rodzica z godziną wolnego czasu.
Maj	Świętowanie wzrostu	Jak zamykać etapy razem z dzieckiem, świętować jego rozwój i przygotować się — wspólnie — do zakończenia roku przedszkolnego.

DLACZEGO GRUDZIEŃ ZOSTAJE WOLNY OD NAGRANIA

Grudzień to miesiąc świąt, przerwy i naturalnie zagęszczonego czasu rodzinnego — celowo pozostawiamy go bez dodatkowego nagrania, by nie dokładać rodzinom kolejnego punktu na liście zadań w najbardziej już zajęтым momencie roku, ale jednocześnie razem z dzieckiem, będą mogli uczestniczyć w otwieraniu ślimakowego kalendarza adwentowego, który udostępnimy w listopadzie.

LIDERZY TZR — PRZYSZŁOŚĆ PROGRAMU W WASZYCH RĘKACH

Cel programu nie kończy się na jednym roku — chcemy, by Wasza placówka mogła prowadzić go samodzielnie w kolejnych latach.

Każda placówka biorąca udział w programie wyznacza jedną lub dwie osoby — najczęściej dyrektora placówki lub doświadczonego nauczyciela — które przez cały rok szkolny pełnią funkcję koordynatorów wdrożenia: to one odpowiadają za kontakt z zespołem programu, organizację materiałów w placówce, zbieranie informacji zwrotnej od pozostałych nauczycieli oraz czuwanie nad rytmem realizacji kolejnych tygodni podróży.

Rola koordynatora nie kończy się jednak na organizacji. W ciągu roku osoby te przechodzą pełne przeszkolenie liderskie — obejmujące całą ścieżkę szkoleniową opisaną w programie Akademii TZR (cztery kursy wiedzy) wraz z dodatkowym modułem przygotowującym do samodzielnego prowadzenia i wdrażania programu w placówce. Dzięki temu, już od kolejnego roku szkolnego, placówka dysponuje własnymi, w pełni przeszkolonymi Liderami TZR, zdolnymi samodzielnie kształtować i prowadzić zajęcia metodą TZR — bez konieczności korzystania z pełnego wsparcia zewnętrznego.

DLACZEGO TO WAŻNE DLA PLACÓWKI

Model Liderów TZR sprawia, że inwestycja placówki w pierwszy rok programu procentuje długofalowo — wiedza i umiejętności zostają w placówce, w konkretnych, przeszkolonych osobach, a nie wygasają wraz z zakończeniem pierwszej edycji. To krok w stronę pełnej niezależności placówki w prowadzeniu programu, przy zachowaniu możliwości dalszego kontaktu i wymiany doświadczeń z zespołem programu w kolejnych latach.

JAK WYGLĄDA ROK PROGRAMU — W SKRÓCIE

Pełny, tydzień po tygodniu rozpisany kalendarz znajduje się w podręczniku Akademii TZR — tu jego najważniejsze punkty.

- Wrzesień 2026 — start programu, poznanie ślimaka-przewodnika, wyznaczenie Liderów TZR w placówce.
- Wrzesień–listopad — pierwsza część rocznej podróży dzieci oraz pierwszy kurs szkoleniowy dla nauczycieli.
- Październik–maj — comiesięczne nagrania i przewodniki „Wychowanie w Obecności” dla rodzin (z przerwą w grudniu).
- Grudzień–styczeń, luty–marzec, kwiecień–maj — kolejne części rocznej podróży dzieci oraz kolejne kursy szkoleniowe dla nauczycieli, równoległe z projektem „Na Straży Wypalenia”.
- Czerwiec 2027 — zakończenie rocznej podróży, wręczenie dyplomów nauczycielom, grupie oraz całej placówce.

REGULAMIN UCZESTNICTWA W PROGRAMIE

Formalna strona zaproszenia — by wszystko było jasne od pierwszego dnia.

1. Status i organizator programu

Program TZR w roku szkolnym 2026/2027 realizowany jest jako I edycja ogólnopolska, prowadzona przez Grażynę Pajewską, twórczynię metody Psychegrafia™ i programu Treningu Zintegrowanego Rozwoju, zwaną dalej Organizatorem.

2. Cel programu

Celem programu jest wdrożenie w placówkach przedszkolnych całorocznego, zintegrowanego programu rozwojowego opartego na metodzie Psychegrafia™, wspieranie nauczycieli w jego prowadzeniu poprzez ścieżkę szkoleniową i certyfikację, włączenie rodzin w proces rozwojowy dziecka poprzez cotygodniowe i comiesięczne materiały domowe oraz przygotowanie w każdej placówce własnych Liderów TZR zdolnych do samodzielnej kontynuacji programu w kolejnych latach.

3. Zasady rekrutacji i liczba miejsc

Ze względu na status pierwszej, pilotażowej edycji ogólnopolskiej, liczba placówek przyjmowanych do programu w roku szkolnym 2026/2027 jest ograniczona. Zgłoszenia przyjmowane są w kolejności zgłoszeń do wyczerpania limitu miejsc, a o zakwalifikowaniu do programu placówka informowana jest indywidualnie przez Organizatora.

4. Zobowiązania placówki

- Wyznaczenie jednej lub dwóch osób pełniących funkcję koordynatora wdrożenia i przyszłego Lidera TZR.
- Umożliwienie nauczycielom udziału w czterech kursach szkoleniowych realizowanych w ciągu roku.
- Systematyczna realizacja kolejnych tygodni programu zgodnie z dostarczonym kalendarzem.
- Przekazywanie rodzinom cotygodniowych pakietów domowych oraz comiesięcznych materiałów „Wychowanie w Obecności”.
- Bieżący kontakt koordynatora z Organizatorem oraz udział w krótkiej ewaluacji programu.

5. Zobowiązania Organizatora

- Dostarczenie pełnych materiałów dydaktycznych na każdy tydzień roku szkolnego.
- Przeprowadzenie czterech kursów szkoleniowych dla nauczycieli oraz modułu liderskiego dla koordynatorów.
- Przygotowanie i udostępnianie comiesięcznych nagrań i przewodników „Wychowani w Obecności”.

- Wsparcie merytoryczne i organizacyjne przez cały czas trwania programu.
- Wydanie na zakończenie roku dyplomów: dla nauczycieli, dla grupy, dla koordynatora jako Lidera TZR oraz dyplomu dla całej placówki.

6. Warunki finansowe

Szczegółowe warunki finansowe udziału w programie ustalane są indywidualnie z każdą zainteresowaną placówką na etapie zgłoszenia, w zależności od liczby grup i zakresu wdrożenia.

7. Ochrona danych osobowych

Dane osobowe przekazywane w związku z udziałem w programie (w tym dane koordynatorów, nauczycieli oraz — w zakresie niezbędnym do realizacji programu — dane dzieci i rodziców) przetwarzane są zgodnie z obowiązującymi przepisami o ochronie danych osobowych, wyłącznie w celu realizacji programu, na zasadach szczegółowo określonych w odrębnej umowie powierzenia przetwarzania danych zawieranej z placówką przed rozpoczęciem programu.

8. Prawa autorskie i wykorzystanie materiałów

Wszystkie materiały programu — scenariusze, nagrania, przewodniki, symbolika i nazwy własne metody Psychegrafia™ oraz Treningu Zintegrowanego Rozwoju — stanowią przedmiot praw autorskich Organizatora i udostępniane są placówce wyłącznie do użytku wewnętrznego, w celu realizacji programu. Materiały nie mogą być powielane, rozpowszechniane ani wykorzystywane komercyjnie bez odrębnej, pisemnej zgody Organizatora.

9. Rezygnacja z udziału

Placówka może zrezygnować z udziału w programie w trakcie roku szkolnego, informując o tym Organizatora w formie pisemnej. Szczegółowe zasady rozliczenia w przypadku rezygnacji określa umowa zawierana z placówką na etapie przystąpienia do programu.

10. Kontakt i zgłoszenia

Placówki zainteresowane udziałem w I Ogólnopolskim Programie TZR w roku szkolnym 2026/2027 proszone są o kontakt z Organizatorem w celu ustalenia szczegółów zgłoszenia i dostępności miejsc pod adresem mailowym biuro@psychegrafia.pl. Koordynator projektu skontaktuje się z Państwem w ciągu 24 godzin od zgłoszenia, w dni robocze.

DOŁĄCZCIE DO PIERWSZEJ TAKIEJ PODRÓŻY W POLSCE

Za rok o tej porze w niejednym przedszkolu w Polsce dzieci będą wspominać krainę, przez którą przeszły ze swoim ślimakiem, nauczyciele będą dumnie nosić tytuł Lidera TZR, a rodzice — dzięki „Wychowaniu w Obecności” — być może odkryją, że obecność jest najważniejszym prezentem, jaki mogą dać swojemu dziecku. Zapraszamy Waszą placówkę, by była jedną z tych, które jako pierwsze w Polsce przejdą tę drogę razem z nami.

„Zrozum. Wesprzyj. Rozwiń potencjał.”
